ЧТО ПОМОЖЕТ ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ?

стр. 14

ВАШ СЕМЕЙНЫЙ СОВЕТЧИК

16+ САМАЯ ПОЛЕЗНАЯ ГАЗЕТА!

НАРОДНЫЙ СОВЕТ

№ 21 / 18–24 мая 2021 г.

ЛИДЕР продаж*

ЗА ДОЛГИ СПИСЫВАЮТ БОЛЕЕ 50% ДОХОДА ЭТО ЗАКОННО?

стр. 9

ВЛИЯЕТ ЛИ СТАЖ НА СРОК ОТПУСКА ПЕДАГОГА?

стр. 4

ДАЧА БОРЕМСЯ С ЗАТОПЛЕНИЕМ УЧАСТКА

стр. 20

стр. 18–19

МОГУТ ЛИ ЛИШИТЬ ЖИЛЬЯ ИЗ-ЗА ПЕРЕПЛАНИРОВКИ?

стр. 2–3

КОГДА ВЫХОДЯТ НА ПЕНСИЮ РОДИТЕЛИ РЕБЕНКА-ИНВАЛИДА

стр. 6

КАК НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ ОТ УКУСА КЛЕЩА

стр. 16

4 602445 000339 21021

* среди журналов ООО «ИМ Медиа»

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ,

Снесенные стены, расширенные кухни, отапливаемые лоджии и другие креативные изменения квартиры могут обернуться серьезным штрафом и даже грозят лишением жилья. В статье расскажем, о чем следует знать всем, кто подумывает о перепланировке.

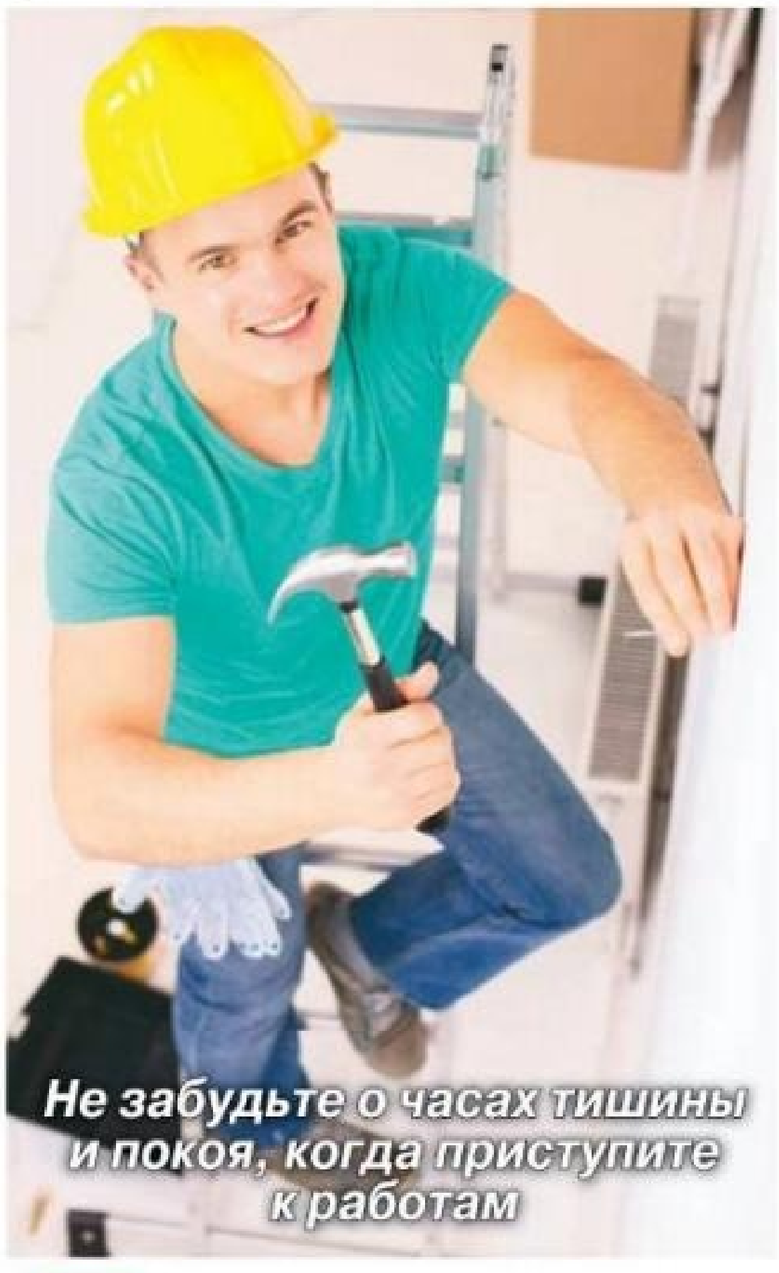
ЧТО ЕСТЬ ЧТО

Переустройство – это установка, замена или перенос инженерных сетей, санитарно-технического, электрического и другого оборудования.

Перепланировка – это изменение конфигурации самого жилого помещения.

И первое и второе требуют внесения изменений в технический паспорт жилого помещения и согласования с компетентными органами. Какими именно – зависит от региона. В большинстве населенных пунктов это местные администрации. Но бывает, эти функции выполняют другие учреждения. В Москве, например, перепланировками ведает Государственная жилищная инспекция.

В любом случае узнать, кто согласует перепланировку в вашем регионе, можно в своей администрации.



Не забудьте о часах тишины и покоя, когда приступите к работам

ПРОЦЕДУРА

Вместе с заявлением на перепланировку подается проект изменений. **Заказывать его нужно в конторах, у которых есть допуск саморегулируемой организации (СРО) на выполнение проектных работ.**

В течение 45 дней вам должны дать ответ – согласовать работы или отказать. Если разрешение на перепланировку вам не дали, по вашему запросу должны четко объяснить причину.

КСТАТИ

В ряде регионов есть сервисы для онлайн-согласования перепланировки. Написать заявление и загрузить документы можно не выходя из дома.

Работы, требующие согласования и проекта (список примерный и неполный):

- установка и перестановка газовых приборов с прокладкой дополнительных труб;
- замена кухонных плит одного типа на другой (например, электрической на газовую);
- перенос ванных комнат и туалетов;
- устройство проемов в несущих стенах и перекрытиях;
- разборка ненесущих перегородок, воспринимающих дополнительную нагрузку;
- устройство перегородок, создающих сверхнормативные нагрузки на перекрытия;
- устройство любых перегородок и изменение конструкции полов в домах с деревянными перекрытиями;
- устройство каминов и дымоходов;
- создание, ликвидация, изменение формы оконных и дверных проемов во внешних ограждающих конструкциях (стенах, крышах) и др.

Обязательно нужно уточнить в контролирующем органе все ваши региональные требования к перепланировке и переустройству. В каждом уголке страны есть свои особенности. Какой бы орган ни занимался согласованием, его специалисты обязаны вам все объяснить. **Лучше подавайте письменные обращения, ответ вам должны дать в течение 30 дней.**

§ **Ст. 12 Федерального закона от 2.05.2006 г. № 59-ФЗ «О порядке рассмотрения обращений...»**

ВАЖНО!

Работы, затрагивающие газовое оборудование, могут производить только организации, имеющие соответствующий допуск.
Работы, затрагивающие несущие конструкции и перенос инженерных систем, должны делать компании с допуском от строительной СРО.

Проводить все работы нужно строго по плану, который вам согласовали. Любые отступления будут считаться нарушением, даже если они кажутся вам незначительными.

По завершении работ нужно вновь обратиться в контролирующий орган. Он назначит комиссию, которая осмотрит все изменения в квартире и сравнит их с проектом. Если перепланировка проекту соответствует, комиссия выдаст акт и решение о том, что работы проведены законно. После этого нужно обратиться в БТИ для внесения изменений в техплан.

РЕМОНТ ДОЛЖНЫ ОДОБРИТЬ

- Если у квартиры несколько собственников, для перепланировки потребуется согласие всех.
- Если дом на нескольких хозяев, где у каждого есть доля в собственности, требуется разрешение всех.
- Если каждая квартира в доме на нескольких хозяев – это индивидуальная собственность, разрешение соседа не нужно (если только это не касается общих конструкций).
- Если жилье муниципальное, то еще до согласования с уполномоченным органом нужно получить разрешение муниципалитета. А также потребуется согласие всех остальных жильцов, даже временно отсутствующих.
- Если перепланировка затрагивает фасад многоквартирного дома или влечет присоединение части общего имущества дома, требуется разрешение всех собственников в доме.

ЗАТЕВАЯ РЕМОНТ

КОГДА СОГЛАСОВАНИЕ НЕ ТРЕБУЕТСЯ

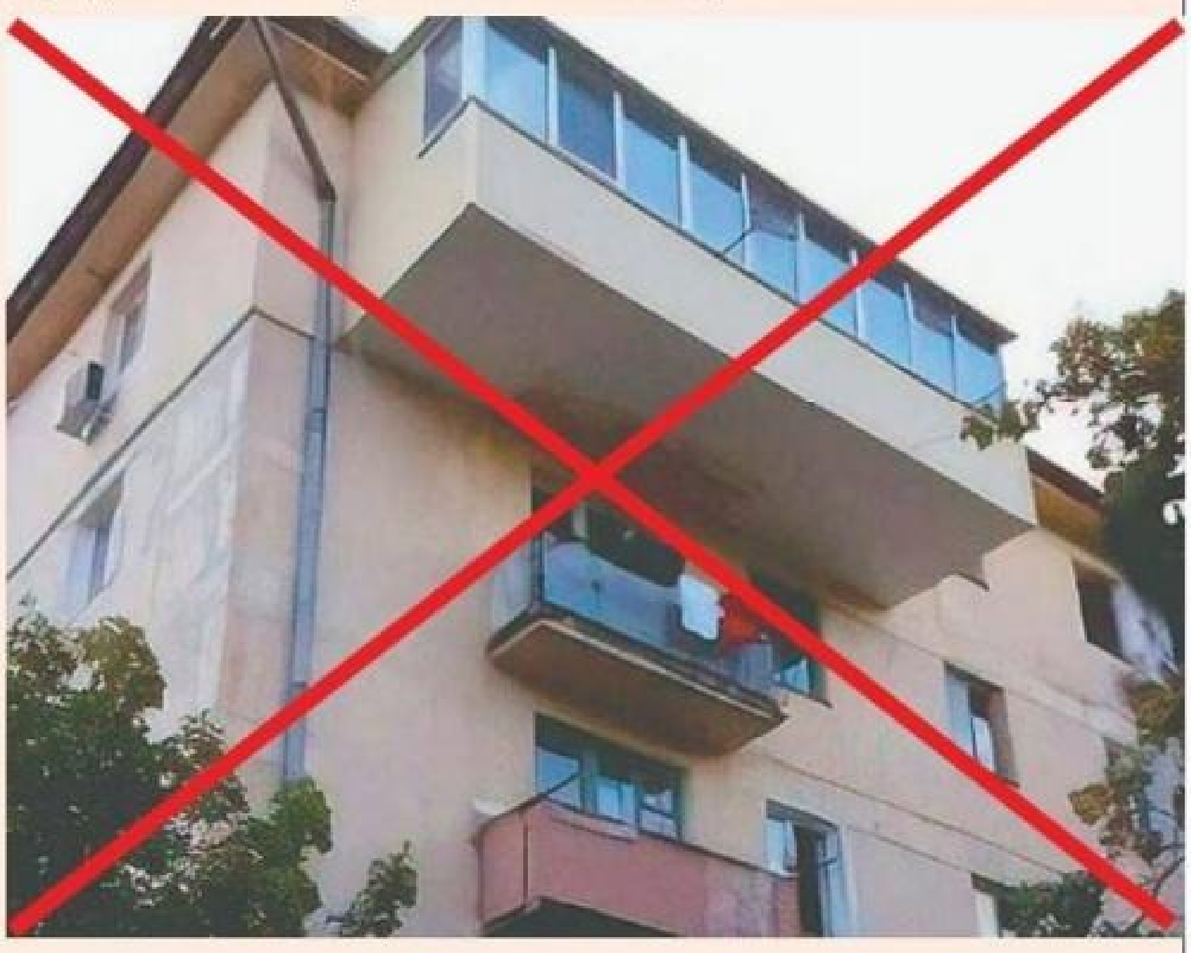
Работы, которые не признаются перепланировкой или переустройством, никаких согласований не требуют. Без согласований можно делать:

- косметический ремонт, в том числе с заменой отделочных покрытий стен, полов, потолков;
- устройство (разборку) встроенной мебели, не образующей самостоятельных помещений, площадь которых подлежит техническому учету;
- замену инженерного оборудования аналогичным по параметрам (без перестановки);
- перестановку электроплит в пределах кухни и др.

КАКИЕ РАБОТЫ ВНЕ ЗАКОНА

Есть работы, проведение которых запрещено, и на них не получится взять разрешение. В региональных законах могут устанавливаться свои перечни, но чаще всего под запретом:

- образование жилой комнаты или кухни, в которой отсутствует естественное освещение;
- оборудование санузла и ванной непосредственно над жилой комнатой или кухней (исключение – размещение на верхнем уровне своей двухуровневой квартиры);
- объединение лоджий и балконов с внутренними помещениями;
- перенос радиаторов, подключенных к общедомовой системе отопления или горячего водоснабжения, на лоджии и балконы;
- устройство полов с подогревом от общедомовых систем горячего водоснабжения и отопления;
- объединение газифицированного помещения с жилой комнатой, устройство проемов между ними без плотно закрывающейся двери;
- блокирование доступа к общедомовым инженерным коммуникациям и отключающим устройствам;
- установка отключающих или регулирующих устройств на общедомовых инженерных сетях, если их использование может оказать влияние на другие квартиры в доме;
- присоединение технических этажей и чердаков, являющихся общим имуществом многоквартирного дома, к квартирам;
- устройство балконов и лоджий на вторых и выше этажах;



- переустройство и перепланировка в домах, признанных аварийными.

ЕСЛИ ПЕРЕПЛАНИРОВКА СДЕЛАНА, НО НЕ СОГЛАСОВАНА

Если вы провели работы без предварительного разрешения, первым делом обратитесь в контролирующий орган. Он может согласовать произведенные изменения и разрешить оставить их. **Но будьте готовы к тому, что придется уплатить штраф.**

Если же согласование сочтут невозможным, вы можете попробовать узаконить перепланировку в судебном порядке. **Но рассчитывать на положительное решение можно, только если проведенные вами изменения не создают никаких угроз и не нарушают прав других жильцов.**

§ **Ст. 29 Жилищного кодекса РФ**

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Несогласованное новаторство может стать причиной больших штрафов и даже чревато лишением жилья.

Административная ответственность за самовольную перепланировку:

- если это индивидуальный жилой дом – штраф от 1 до 1,5 тыс. руб.;
- если многоквартирный – от 2 до 2,5 тыс. руб.

§ **Ст. 7.21 Кодекса РФ об административных правонарушениях**

А если узаконить изменения не получится, придется еще и возвращать все в исходное состояние. Срок возврата укажет контролирующий орган. Если квартира не будет возвращена в прежнее состояние, последуют серьезные меры:

- **собственника** могут лишить квартиры; ее продадут с торгов и выплатят выручку с продажи за вычетом средств, которые потребуются на восстановление квартиры;
- **с нанимателем** могут расторгнуть договор соцнайма и выселить его.

§ **Ст. 29 Жилищного кодекса РФ**

ВАЖНО!

В начале года в СМИ прошла информация о рейдовых проверках на предмет незаконных перепланировок. Но московская жилинспекция давала разъяснения на этот счет: информация в СМИ некорректна, так как проверки проводятся по фактам жалоб, а не в плановом режиме.

Если ваши соседи пожаловались на незаконную планировку, нарушающую их права, проверку по этому факту, безусловно, можно ждать.

ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО SHUTTERSTOCK И ИЗ АРХИВА «НС»

Подготовила юрист Юлия КНАЦ

На вопросы отвечает юрист
Ольга МЯКШИНА

ПРИ ОПЛАТЕ ПЕРЕРАБОТОК НЕ УЧИТЫВАЮТ СЕВЕРНЫЙ КОЭФФИЦИЕНТ. ЭТО ЗАКОННО?

Северный коэффициент должен начисляться и на доплату за переработки

Я живу в районе, приравненном к Крайнему Северу. У меня очень много переработок. Но когда мне их оплачивают, то северный коэффициент почему-то не учитывают. За основные часы он идет, а за переработки нет. Подскажите, должны ли прибавлять коэффициент к переработкам или нет? Федор Николаевич, Архангельская обл.

Нет, ваше руководство действует неверно. Давайте разберемся почему.

Сверхурочная работа компенсируется повышенной оплатой либо по желанию работника предоставлением дополнительного времени отдыха.

Минимальный размер доплаты: за первые два часа – не менее чем в полуторном размере, за последующие часы – не менее чем в двойном размере.

Конкретная оплата сверхурочной работы может определяться коллективным договором, локальным нормативным актом или трудовым договором.

По желанию работника оплату за привлечение к сверхурочной работе можно заменить на предоставление дополнительного времени отдыха. Время отдыха не может быть меньшей продолжительности, чем время, отработанное сверхурочно. В этом случае сверхурочная работа оплачивается в одинарном размере.

При выполнении работ в условиях, отклоняющихся от нормальных (в том числе при сверхурочной работе), работнику производятся соответствующие компенсационные выплаты, которые считаются составными частями заработной платы.

§ Ст. 152, ч. 1 ст. 129 Трудового кодекса РФ

В повышенном размере оплачивается также труд работников, занятых на работах в местностях с особыми климатическими условиями.

Оплата труда в районах Крайнего Севера и приравненных к ним местностях рассчитывается с применением районных коэффициентов и процентных надбавок к зарплате.

§ Ч. 2 ст. 146, ст. 315 Трудового кодекса РФ

Таким образом, районные коэффициенты и процентные надбавки начисляются на зарплату, включающую в том числе доплаты за сверхурочную работу.

То есть **вам при начислении общего заработка должны сначала рассчитать зарплату с учетом оплаты переработок и затем прибавить районный коэффициент.** Вы вправе потребовать пересчета и выплаты вам доплаты за переработки в полном объеме.

КАК ПОПЕЧИТЕЛЬСТВО И СТАЖ ВЛИЯЮТ НА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ОТПУСКА ПЕДАГОГА

Я работаю в колледже социальным педагогом, стаж 45 лет. У меня 58 детей под опекой и попечительством. Влияют ли попечительство и стаж на продолжительность отпуска педагога? Ольга Михайловна, г. Ряжск, Рязанская обл.

Продолжительность ежегодного основного отпуска социального педагога составляет 56 дней.

Указана и продолжительность основного отпуска педагогов, работающих в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Отпуск таких педагогов также составляет 56 дней.

§ Постановление Правительства РФ от 14.05.2015 г. № 466 «О ежегодных основных удлиненных оплачиваемых отпусках»

Педагогическим работникам могут предоставляться дополнительные отпуска.

Они полагаются за:

- вредные условия труда 2-й, 3-й или 4-й степени либо опасные условия – не менее семи календарных дней;
- особый характер работы;
- ненормированный рабочий день – не менее трех календарных дней;
- работу в районах Крайнего Севера – 24 календарных дня, а за работу в местностях, которые приравнены к районам Крайнего Севера, – 16 календарных дней.

§ Ст. 117, 118, 321 Трудового кодекса РФ

На вопросы отвечает юрист
Юлия КНАЦ

КАК ИЗМЕНИЛОСЬ ПОСОБИЕ НА ДЕТЕЙ ДО 7 ЛЕТ

Слышала, что ежемесячная выплата на ребенка от 3 до 7 лет теперь будет больше. На сколько? А если она уже назначена, мне увеличат сумму? Т.С. Митрохина, Московская обл.

Речь идет о ежемесячной выплате на детей от 3 до 7 лет, которая была введена с начала прошлого года. **Она полагается семьям со среднедушевым доходом ниже регионального прожиточного минимума.** Раньше размер выплаты составлял 50% регионального минимума на детей.

Теперь же эти 50% стали базовым размером выплаты. Если с учетом базовой выплаты доход семьи по-прежнему будет ниже регионального прожиточного минимума, **назначат выплату не в 50%, а в 75%.** Если и в этом случае доход не достигнет регионального минимума, размер выплаты увеличат до 100%

Хотя указ принят только в марте, **выплаты по нему будут начисляться с 1 января этого года.** Тем семьям, которым ежемесячная денежная выплата уже назначена, будет произведен перерасчет. Потребуется заявление. Подавать его можно будет после 1 апреля.

§ Указ Президента РФ от 10 марта 2021 г. № 140

Хорошо, что суммы пособий постоянно увеличиваются

КТО СЧИТАЕТСЯ СИРОТОЙ

Считается ли ребенок круглым сиротой, если мать ребенка умерла, а отец был лишен родительских прав в возрасте 2 лет? Лидия Федоровна, г. Нижний Тагил

Ребенок-сирота – это **несовершеннолетний, у которого умерли оба или единственный родитель.**

А если родители живы (или хотя бы один из них), но по каким-то причинам не занимаются воспитанием ребенка и не заботятся о нем, **ребенок считается оставшимся без попечения родителей.**

§ Абз. 2, 3 ст. 1 Федерального закона от 21.12.1996 г. № 159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

Так что ребенок, у которого умерла мама, но отец жив (хотя и лишен родительских прав), – **не сирота, а оставшийся без попечения.**

Большая часть льгот **у этих двух категорий одинаковая.** Обе они имеют льготы при поступлении в вуз и трудоустройстве, и те и другие обеспечиваются жильем (когда признаны нуждающимися) и др.

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

На портале госуслуг появился новый сервис. Теперь там можно легко получить сведения о ходе исполнительного производства.
Для запроса надо указать номер исполнительного производства. Ответ будет дан в течение 30 сек. Там будет указана причина и сумма задолженности, наложенные на должника ограничения, действия судебных приставов по исполнительному производству. Найти сервис можно в разделе услуг ФССП России.

ДОЛЖЕН ЛИ ОТЕЦ, ЛИШЕННЫЙ РОДИТЕЛЬСКИХ ПРАВ, ОТВЕЧАТЬ ЗА ПОСТУПКИ РЕБЕНКА?

Меня лишили родительских прав в отношении первого ребенка. Прошло 2 года, сейчас у меня новая семья, второй ребенок. Мне пришла повестка в суд, что на меня возлагают вред, который мой первый ребенок причинил соседу. Какие есть основания требовать с меня ответа за этот вред, если я уже лишен родительских прав и ребенком занимается бывшая жена? Алименты плачу исправно. И.С. Петров, Республика Карелия

Лишение родительских прав **не снимает всей ответственности за ребенка.** Некоторые родительские обязанности сохраняются после лишения прав, как, например, алименты, которые вы должны платить вплоть до совершеннолетия ребенка.

§ Ст. 71 Семейного кодекса РФ

У ответственности за вред, причиненный ребенком, есть свои особенности. Эту **ответственность можно возложить на родителя,** лишенного родительских прав, **в течение трех лет** после лишения. Но в суде должно быть доказано, что **поведение ребенка явилось следствием ненадлежащего воспитания** родителем, лишенным родительских прав.

Если в суде бывшая жена докажет, что **в поведении ребенка есть ваша вина,** вред действительно придется возмещать. Но вы можете требовать разделения ответственности с бывшей супругой.

§ Ст. 1075 Гражданского кодекса РФ

ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО LORI.RU

На вопросы отвечает юрист по пенсионному праву ***Людмила ГОЛОВА***

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ПРЕДПЕНСИОНЕРУ

Через полгода уходить на пенсию, хотел заранее получить оценку пенсионных прав, но мне отказали. Это законно? Когда вообще можно обращаться в Пенсионный фонд (ПФ)? Александр, Свердловская обл.

Сотрудники ПФ не правы. Вам по запросу обязаны дать информацию о ваших пенсионных правах, чтобы не было никаких недоразумений при назначении пенсии.

В законе сроки заблаговременного обращения в ПФ четко не прописаны. С заявлением об оценке пенсионных прав можно обратиться и за 2 года, а при необходимости и за 5 лет до пенсии, чтобы можно было откорректировать сведения за период до 2002 г. Особенно это важно для «досрочников», так как им бывает необходимо подтверждать особые условия труда дополнительными справками, а какие условия и какими справками, может определить только специалист при оценке пенсионных прав.

Дело в том, что сведения на индивидуальном лицевом счете содержат информацию о вашем стаже и заработке с 1997 г., а начиная с 2002 г. они важны для определения стажа и размера уплаченных работодателями за вас взносов. Сведения о пенсионных правах (периодах работы, заработке и нестраховых периодах) до 2002 г. формируются на основании трудовых книжек, справок работодателей, уточняющих характер работы и размер зарплаты, и не всегда они отражают реальную картину. У тех, кто не работал до 2002 г. либо работал неофициально, либо работодатель не сдал отчетность в верном виде, как правило сведения о стаже отсутствуют. **Таким людям нужно за год-два обратиться в ПФ.**

То есть с 2002 г. ПФ собирал информацию, на основании которой производилась оценка пенсионных прав граждан, а с 2015 г. трудовой стаж и взносы работодателей были преобразованы в баллы, которые можно увидеть в выписке о состоянии вашего лицевого счета.

В каждом ПФ есть отдел (группа, специалист) по оценке пенсионных прав, которые были созданы с целью обеспечения планомерного процесса подготовки документов для назначения пенсий, контроля за достоверностью представленных сведений.

§ Федеральный закон от 1.04.1996 г. № 27-ФЗ «Об индивидуальном (персонифицированном) учете в...»

Для того чтобы сделать предварительную оценку пенсионных прав, нужно обратиться в ПФ со следующими документами (и/или их копиями):

- паспорт;
- трудовая книжка;
- свидетельства о рождении детей (при наличии);
- военный билет (при наличии);
- справки, уточняющие особый характер работы или условия труда, необходимые для назначения досрочной пенсии.

Также из практики скажу: сведения трудовой книжки более чем в 50% случаев нуждаются в уточнении. Часто встречаются исправления в фамилии, имени, отчестве, неточное наименование должностей, исправления в датах, приказах, отсутствие печати, описки и пр. При выявлении каких-либо расхождений по желанию предпенсионера ПФ оказывает содействие в запросе нужных подтверждающих документов.

Поэтому если в сведениях информация о стаже до 2002 г. соответствует сведениям вашей трудовой книжки, то вам беспокоиться не о чем и дополнительная оценка (до даты назначения пенсии) не нужна. Если же неточности есть, настаивайте, чтобы вам сделали оценку пенсионных прав и определили дату возникновения права на пенсию.

Чтобы пенсию назначили в полном объеме и вовремя, нужно заранее обо всем позаботиться

МОГУТ ЛИ РОДИТЕЛИ РЕБЕНКА-ИНВАЛИДА ОБА УЙТИ НА ДОСРОЧНУЮ ПЕНСИЮ?

Я ушла на пенсию в 50 лет, так как у меня ребенок – инвалид с детства. Могу ли я переуступить право на досрочную пенсию мужу? Ему 58 лет. Людмила

Свое право «уступить» супругу вы можете **с момента назначения вам пенсии по старости.** В 2021–2022 гг. женщина может выйти на пенсию в 56,5 года. То есть, когда вы достигнете возраста 56 лет и 6 месяцев, подайте заявление в Пенсионный фонд о назначении вам пенсии по старости, а супруг может подать заявление о назначении ему досрочной пенсии.

§ П. 1 ч. 1 ст. 32 Федерального закона №400-ФЗ «О страховых пенсиях»

Но супруг должен соответствовать следующим обязательным требованиям:

- являться отцом ребенка-инвалида;
- воспитать его до возраста 8 лет;
- достигнуть возраста 55 лет;
- иметь стаж не менее 20 лет;
- иметь индивидуальный пенсионный коэффициент не менее 21 балла в этом году и не менее 23,4 – в 2022 г.

Судя по информации, которую вы предоставили, ваш супруг соответствует этим требованиям при наличии страхового стажа не менее 20 лет.

КАК РАБОТА НА СЕВЕРЕ УМЕНЬШАЕТ ПЕНСИОННЫЙ ВОЗРАСТ

На вопросы отвечает специалист по пенсионному праву
Марина БУЛАНОВА

Расскажите, когда уходят на пенсию северяне и люди, живущие в приравненных местностях? Можно ли суммировать вредный и северный стажи? В.С. Сомов, г. Архангельск

Мужчины и женщины, если они проработали не менее 15 лет в районах Крайнего Севера (КС) либо не менее 20 лет в районах, приравненных к нему (РПКС), могут уйти на пенсию на 5 лет раньше общеустановленного пенсионного возраста. **Вместе с тем возраст досрочного выхода на пенсию у жителей Севера поэтапно повышается на 5 лет: с 50 до 55 лет у женщин и с 55 до 60 лет у мужчин (см. таблицу).**

Год рождения женщины	Возраст	Год выхода на пенсию
1970 (1-е полугодие)	51,5	2021 (2-е полугодие)
1970 (2-е полугодие)	51,5	2022 (1-е полугодие)
1971	53	2024
1972	54	2026
1973	55	2028

Год рождения мужчины	Возраст	Год выхода на пенсию
1965 (1-е полугодие)	56,5	2021 (2-е полугодие)
1965 (2-е полугодие)	56,5	2022 (1-е полугодие)
1966	58	2024
1967	59	2026
1968	60	2028

Таким образом, в переходный период на пенсию выйдут женщины 1969–1973 гг. рождения и мужчины 1964–1968 гг. рождения.

Если стаж на Севере выработан не полностью, то человек все равно может рассчитывать на снижение пенсионного возраста (с учетом переходных периодов). После 7 лет и 6 месяцев работы на Севере каждый последующий трудовой год приближает срок выхода на пенсию на 4 месяца. Смотрите таблицу ниже, чтобы было еще понятнее.

Год стажа в РПКС соотносится с 9 месяцами работы непосредственно в условиях КС (см. таблицу и пример расчета ниже).

§ Пп. 6 п. 1 ст. 32 Федерального закона от 28.12.2013 г. № 400-ФЗ «О страховых пенсиях»

Стаж (календарный) работы в местности, приравненной к Крайнему Северу (РПКС)	Стаж (календарный) работы в районах Крайнего Севера (КС)	Возраст выхода на досрочную пенсию	
		Мужчины	Женщины
10 лет	7 лет 6 месяцев	57 лет 8 месяцев	52 года 8 месяцев
10 лет 8 месяцев	8 лет	57 лет 4 месяца	52 года 4 месяца
12 лет	9 лет	57 лет	52 года
13 лет 4 месяца	10 лет	56 лет 8 месяцев	51 год 8 месяцев
14 лет 8 месяцев	11 лет	56 лет 4 месяца	51 год 4 месяца
16 лет	12 лет	56 лет	51 год
17 лет 4 месяца	13 лет	55 лет 8 месяцев	50 лет 8 месяцев
18 лет 8 месяцев	14 лет	55 лет 4 месяца	50 лет 4 месяца
20 лет	15 лет и более	55 лет	50 лет

ПРИМЕР

Мужчина проработал 8 лет в Карелии (РПКС) и 10 лет в Ямало-Ненецком автономном округе (КС). Переводим работу в РПКС в работу на КС:

8 лет (РПКС) х 9 мес. = 72 мес. : 12 = 6 лет.

6 лет + 10 лет (КС) = 16 лет работы на КС, что дает право мужчине на досрочное назначение страховой пенсии по старости в 56 лет.

То есть если мужчина родился в 1965 г., то он может подавать документы на назначение пенсии.

ЕСЛИ ЕСТЬ СЕВЕРНЫЙ И ВРЕДНЫЙ СТАЖИ

Бывает, что человек может уйти на пенсию досрочно по нескольким основаниям: например, он работал на Севере и, кроме того, на вредном производстве. **Это дает право на дополнительное снижение пенсионного возраста.** Для такого двойного снижения необходимо выполнение трех условий:

- наличие страхового стажа, необходимого для досрочного назначения пенсии по старости;
- наличие необходимого стажа на соответствующих видах работ;
- наличие северного стажа: 15 календарных лет на КС или 20 календарных лет в РПКС.

§ П. 2 ст. 33 Федерального закона от 28.12.2013 г. № 400-ФЗ «О страховых пенсиях»

ПРИМЕР

Мужчина проработал 15 лет в Мурманске (КС), а после переехал в Воронеж и отработал 13 лет по Списку № 2. В этом случае он имеет право на досрочную пенсию по двум основаниям – вредный и северный стажи. Пенсия ему может быть назначена на 10 лет раньше: со снижением пенсионного возраста на 5 лет в соответствии со Списком № 2 (см. прошлый, № 20 «НС») и еще на 5 лет за стаж работы на КС.

ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО SHUTTERSTOCK

На вопросы отвечает юрист ***Дмитрий БУРНЯШЕВ***

МАНГАЛ РЯДОМ С ГАЗОВОЙ ТРУБОЙ. ЭТО ЗАКОННО?

Живу в частном секторе. На меже соседка возвела кирпичный мангал на расстоянии 80–90 см от моей газовой трубы. Такое соседство я нахожу опасным. Что делать? Л.М. Дашкевич

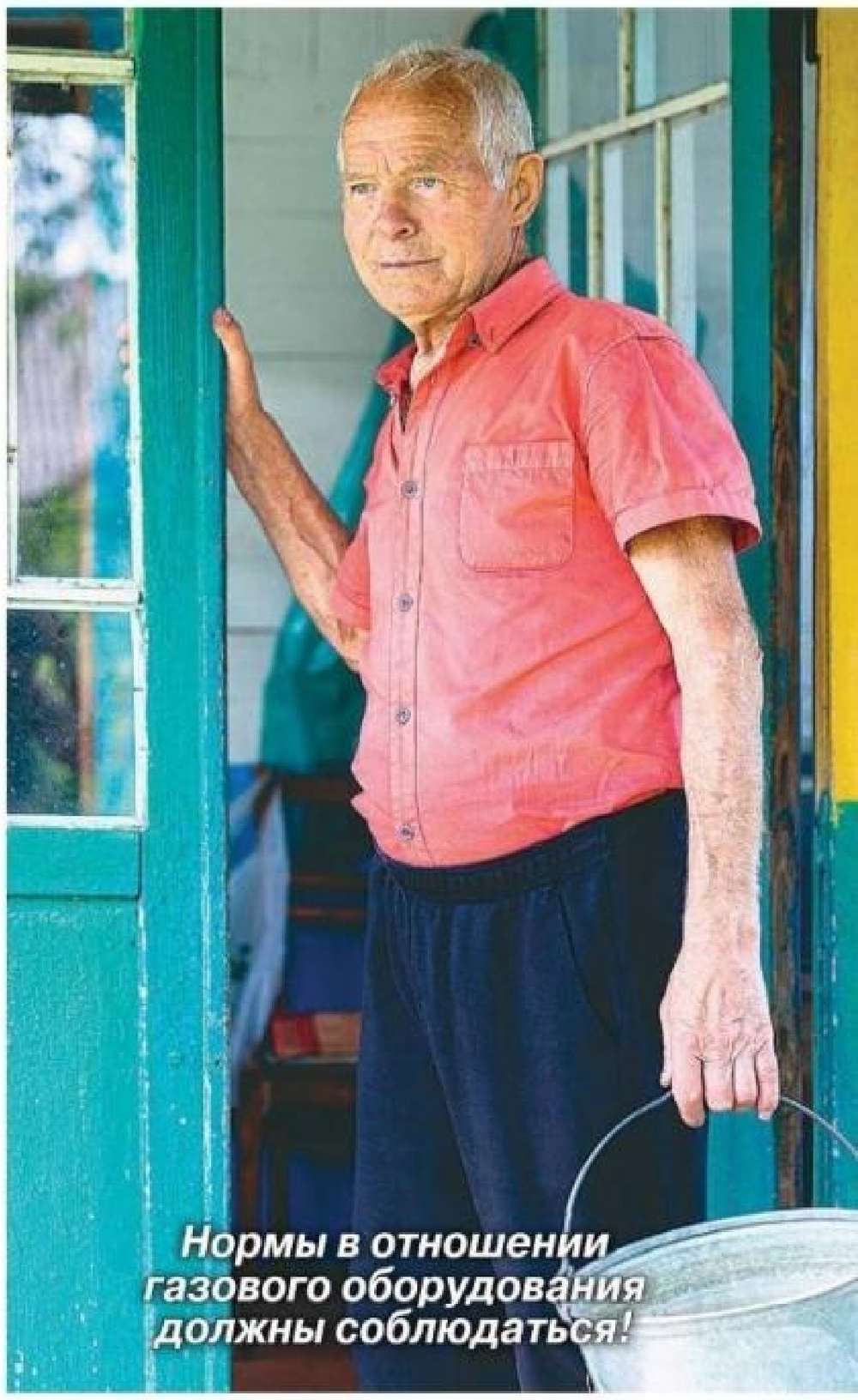
Минимальное расстояние от границы соседнего участка до любой постройки должно быть **не менее 1 м.**

§ Строительные нормы и правила 30-02-97* «Планировка и застройка территорий садоводческих (дачных) объединений граждан, здания и сооружения»

В отношении газовых труб устанавливаются **охранные зоны на расстоянии 2 м с каждой стороны от газопровода.** Также не разрешается разводить огонь и размещать источники огня в охранной зоне.

§ П. 7, 14 Постановления Правительства РФ от 20 ноября 2000 г. № 878

Обратитесь **с письменной жалобой в газовую службу и Ростехнадзор.** Они помогут решить проблему с соседским мангалом.



Нормы в отношении газового оборудования должны соблюдаться!

У СОСЕДА ДИЗЕЛЬНАЯ КОТЕЛЬНАЯ. ЧТО ДЕЛАТЬ?

В 13 метрах от моего деревянного дома расположена соседская постройка, в которой находятся дизельный котел и емкость для хранения топлива. При восточном ветре выхлопы идут в сторону нашего участка. На претензии сосед не реагирует, говорит, что его все устраивает и он ничего менять не собирается. Подскажите, что нам делать? Н.Ф. Толстенева, г. Санкт-Петербург

Закон предоставляет всем **равные права на благоприятные условия жизни,** при которых отсутствуют вредные воздействия на организм человека.

§ Ст. 1 Федерального закона «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 г. № 52-ФЗ

Это значит, что если сосед выхлопными газами и своей деятельностью угрожает вашему здоровью и вред от его деятельности ухудшает его, то вы имеете право обратиться в суд.

В суде надо будет доказать, что:

- в результате работы газовой котельной образуются выхлопные газы;
- выхлопные газы как-то влияют на ваше здоровье;
- котельная потенциально представляет угрозу лично вам и вашему имуществу.

Подобные дела сложны для ведения их самостоятельно, поэтому **рекомендую обратиться к юристу для составления искового заявления.**

На вопросы отвечает юрист ***Юлия КНАЦ***

ЕСЛИ НЕ СОВПАДАЕТ ПЛОЩАДЬ ГАРАЖА И ЗЕМЛИ ПОД НИМ

Мы купили гараж, его площадь 35 кв. м, и, как я считаю, земельный участок под ним тоже должен быть 35 кв. м. Однако по бумагам площадь земельного участка 65 кв. м. В администрации мне объяснили, что в эту площадь входят площадь гаража, площадь подвала и участок перед воротами. Рассудите нас, пожалуйста. З.И. Громова, Мурманская обл.

Площадь подвала должна входить в площадь строения, а не участка. Но **площадь участка вполне может превышать площадь строения.** Вам нужно взять актуальные выписки из ЕГРН на участок и гараж и **посмотреть все характеристики** там. Получить их можно в МФЦ в бумажном виде или в личном кабинете на сайте Росреестра – в электронном. **Разобраться с площадью вам также поможет публичная кадастровая карта** (*pkk.rosreestr.ru*), найдите там ваш участок по кадастровому номеру или адресу.

При обнаружении ошибок нужно обращаться в Кадастровую палату Росреестра. Но если на кадастровом учете ваши объекты не стоят, выписки вам выдать не смогут, на карте объекты тоже не отобразятся. Тогда **исправлять все неточности нужно будет при постановке ваших объектов на кадастровый учет.**

ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО LORI.RU, SHUTTERSTOCK

На вопросы отвечает юрист ***Марина ВАНТЕЕВА***

ПОСЛЕ СПИСАНИЯ ДОЛГА ОСТАЮСЬ ПОЧТИ БЕЗ СРЕДСТВ. ЭТО ЗАКОННО?

У меня есть кредиты в разных банках. В силу обстоятельств я не могу временно их выплачивать. В настоящий момент у меня удерживают судебные приставы (долг в Сбербанке) 50% от общего дохода (зарплата и пенсия по инвалидности), а банк «Хоум кредит» с остатка на счетах удерживает еще 50%. На руки мне остается около 2 тыс. руб. Законно ли это? Елена, Липецкая обл.

Посмотрите внимательно свои договоры. Возможно, согласно договору с банком «Хоум кредит», списанию подлежит определенная сумма в случае, если образовался долг по кредиту. В такой ситуации нужно обратиться в суд и потребовать признать недействительным этот пункт договора – **списывать больше 50% за долги по обоим кредитам с вас не имеют права.**

Возможно, произошла какая-то путаница. В любом случае вам понадобится юрист. Сами не справитесь.

§ Закон РФ «Об исполнительном производстве»

Также сообщаю новость. В Государственную думу РФ внесен законопроект № 1109997. Он предполагает внесение изменений в Гражданский процессуальный кодекс и закон «Об исполнительном производстве».

Этот проект вводит в российское законодательство новый термин – «гарантированный прожиточный минимум для должника». Это значит, что после списания средств у должника должен оставаться прожиточный минимум.

Последние новости по движению этого документа в нижней палате парламента: документ направлен на рассмотрение в комитет Госдумы РФ. Также известно о том, что проект в целом одобрен Правительством РФ (с указанием на технические недоработки). Это означает, что, скорее всего, закон будет принят.

РЕКЛАМА

СПАСТИ СУСТАВЫ НЕЛЬЗЯ ОТЧАЯТЬСЯ!

ТОЛЬКО ВЫ РЕШАЕТЕ, ГДЕ ПОСТАВИТЬ ЗАПЯТУЮ!

ВНИМАНИЕ!
УЧАСТВУЙТЕ В ФЕДЕРАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ «ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ»!

СПЕЦИАЛЬНО ПОД НУЖДЫ ПРОГРАММЫ АЛТАЙСКИЙ ЗАВОД-ИЗГОТОВИТЕЛЬ НАТУРАЛЬНОЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ПРОДУКЦИИ ВЫПУСТИЛ ОСОБУЮ СЕРИЮ СРЕДСТВ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА МЕЛАНЕКС СУСТОЛАД!

ПРОСТО ПОЗВОНИТЕ И НАЗОВИТЕ ПРОМОКОД УЧАСТНИКА
И ВЫ ПОЛУЧИТЕ 2 УПАКОВКИ МЕЛАНЕКС СУСТОЛАД СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО!*

ПРОГРАММА РАБОТАЕТ ТОЛЬКО до 18 ИЮЛЯ 2021

ПРОМОКОД 1254

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

НЕ ОТЧАИВАЙТЕСЬ! ДАЖЕ ЕСЛИ КАЖЕТСЯ, ЧТО ВЫ ПЕРЕПРОБОВАЛИ ВСЕ И ЕДИНСТВЕННЫЙ ВАРИАНТ - ОПЕРАЦИЯ ПО ЗАМЕНЕ СУСТАВА, ЗДОРОВЬЕ ВАШЕГО ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ЕЩЕ МОЖНО СПАСТИ!

Алтайский завод-производитель натуральной оздоровительной продукции спешит поделиться результатами многолетней разработки нового эффективного продукта для укрепления суставов и костей - МЕЛАНЕКС СУСТОЛАД.

В чем уникальность препаратов МЕЛАНЕКС?
В основе революционной линейки препаратов лежит открытие русского ученого Ильи Мечникова о высокой эффективности экстракта бабочки огневки или восковой моли в отношении благотворного влияния на организм человека.

Удивительные свойства МЕЛАНЕКС СУСТОЛАД
Активируя восстанавливающие свойства всего организма при помощи экстракта восковой моли, Меланекс Сустолад способствует борьбе с основными проблемами опорно-двигательного аппарата:

- *хондроитин оказывает противовоспалительный эффект;*
- *гиалуроновая кислота улучшает подвижность суставов;*
- *панты марала стимулируют рост и регенерацию тканей мышц, костей, суставов и связок;*
- *мумиё способствует уменьшению дегенеративных изменений в суставах.*

Что даст вам прием МЕЛАНЕКС СУСТОЛАД?
Курсовой прием препарата оказывает комплексное восстанавливающее, противовоспалительное и оздоравливающее воздействие, снимает отёки, зуд, раздражение, способствует регенерации тканей и хрящей, благоприятно влияет на кровообращение и многое другое.

СПАСТИ СУСТАВЫ! НЕЛЬЗЯ ОТЧАЯТЬСЯ! ТЕПЕРЬ ВЫ ТОЧНО ЗНАЕТЕ, КАК ЭТО СДЕЛАТЬ: МЕЛАНЕКС СУСТОЛАД – ВЕРНОЕ РЕШЕНИЕ!

Заказать свой подарок вы сможете по телефону **горячей линии:**
8-800-301-22-04 (Звонок бесплатный)
Доставку оплачивает производитель

*Информацию об организации акции, о правилах ее проведения, количестве призов, сроках, дате можно узнать по телефону 88003012204.
Реклама. Только для жителей РФ. ИП Фатахова М.В. ИНН 591154295702 ОГРН 319595800079759 от 01.07.2019 г.

На вопросы отвечает юрист
Марина ВАНТЕЕВА

СДАЮТ ЛИ ВЕЧЕРНИКИ ЕГЭ?

Хочу пойти у учиться в 10-м и 11-м классе в вечернюю школу. Что для этого нужно сделать? Сдают ли вечерники ЕГЭ? Александр, Тамбовская обл.

В каждой вечерней школе свои правила приема. Как правило, **для поступления нужны такие документы:**

- паспорт;
- согласие родителей (если ученику еще не исполнилось 18 лет);
- аттестат об основном образовании (если ученик уже окончил девять классов);
- фотографии;
- медицинский полис;
- заявление.

Обратите внимание: необходимо письменное согласие родителей (опекунов)!

По поводу проведения ЕГЭ для 11-х классов: исключений для вечерних школ нет. Ранее Госдумой был отклонен проект закона, который разрешал не сдавать ЕГЭ выпускникам вечерних школ.

А какие правила будут через два-три года, этого никто пока не знает. Поэтому подумайте, стоит ли вам поступать в вечернюю школу.

НЕ ВЫДАЮТ ДУБЛИКАТ АТТЕСТАТА В МУЗЫКАЛЬНОЙ ШКОЛЕ. КАК БЫТЬ?

Окончила музыкальную школу несколько лет назад, а сейчас собираюсь поступать в музыкальное училище. Не смогла найти свой аттестат об окончании музыкальной школы, а там отказались выдать дубликат. Предлагают справку об окончании. Что делать? Дарья, Московская обл.

Попробуйте обратиться в архив (районный, городской). Прошло несколько лет, и школа могла отправить документы в архив. Если и там не найдете документов, подтверждающих окончание школы и получение свидетельства (это не аттестат), то придется, видимо, обращаться в суд. Но сначала **обязательно подайте письменное заявление о выдаче дубликата руководству школы** (в двух экземплярах лично либо по почте заказным письмом с уведомлением).

Укажите, что в случае отказа вы обратитесь в суд. Вам обязаны дать письменный ответ. Если откажут, то обращайтесь с иском в суд. Время, конечно, пройдет. Но больше никак. Справка об окончании музыкальной школы не заменит аттестат. Можете, конечно, обратиться в музыкальное училище, возможно, что им будет достаточно справки. Дело в том, что на большинство отделений для поступления необходимо именно свидетельство об окончании музыкальной школы. Все зависит от выбранного вами отделения.

Нужно более жестко и в письменной форме потребовать выдачи дубликата

На вопросы отвечает юрист
Юлия КНАЦ

ОТМЕНИЛИ ЛИ ЛЬГОТЫ ДЛЯ АБИТУРИЕНТОВ-СИРОТ?

Летом мой подопечный ребенок будет поступать в вуз. Он сирота. Слышала, что бесплатное обучение для сирот отменяют. Подскажите, когда эта льгота будет снята. Успеет ли мой ребенок поступить? А.И. Мальцева, г. Пермь

Действительно, льготное поступление в вузы для детей-сирот было временной мерой поддержки. Льготой можно было воспользоваться только до начала этого года. Но могу вас порадовать. **Льгота при поступлении для детей-сирот не просто продлена – теперь она стала бессрочной.**

Поступить в вуз сирота может по программам бакалавриата и специалитета. Зачисление происходит в пределах установленной вузом квоты. Тут важно понимать, что внутри квоты тоже может быть конкурс – среди абитуриентов-льготников.

§ Ст. 6 Федерального закона от 21 декабря 1996 г. № 159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО LORI.RU

Две блистательные сестры мира ясновидения ЛИЗА И РОЗА обещают:

“Если Ваше Астральное число равно 7,

РЕКЛАМА

напишите в купоне сумму, которая Вам сейчас особенно необходима, и мы не только поможем Вам получить эти деньги, но и избавим Вас от всех финансовых проблем и тягот – и все это бесплатно!”

Кто такие сестры Лиза и Роза?

Вы, несомненно, слышали о нас. Нас зовут Лиза и Роза. Вот уже более 30 лет мы занимаемся ясновидением и предсказаниями. Нам известно, что существуют эффективные периоды привлечения денег, удачи и благополучия. И нам очень обидно, что тысячи людей, испытывая серьезные финансовые трудности, даже не подозревают о том, что есть способ раз и навсегда решить их проблемы! Сегодня мы хотим исправить эту несправедливость и помочь тем из Вас, кому особенно нужны деньги и кто нуждается в срочной помощи!

Внимательно посчитайте!

Сложите число и месяц Вашего рождения. К полученной сумме прибавьте 12. От того, что получилось, отнимите 8. Затем отнимите число Вашего рождения. А к полученному числу прибавьте 3 и, наконец, от того, что получилось, отнимите месяц Вашего рождения. Ваше Астральное число равно 7? Значит, Вы - тот самый человек, которого разыскивают Лиза и Роза!

Это предложение на 100% БЕСПЛАТНО, но предназначено далеко не всем!

И вот почему: едва открыв в себе исключительные способности, Лиза и Роза поняли, что их главная цель – бороться с несправедливостью, которая нас окружает, и помогать людям. Поэтому, если у Вас есть финансовые проблемы, Вас преследуют неудачи, все в жизни складывается не так, как бы Вам хотелось, и порой Вам кажется, что удача отвернулась от Вас, внимательно прочитайте это послание до конца.

Каждый день, просматривая свою почту, Лиза и Роза с горечью осознают, как много людей живут в тяжелых условиях, не видя выхода. И большинство из них, в том числе и Вы, просто не знают, что уже в момент Вашего рождения Судьба приготовила Вам невероятные подарки и сюрпризы. Но Вы не видите знаков Судьбы, проходите мимо счастливых перемен и только поэтому не можете начать жить той счастливой жизнью, о которой так мечтаете и которая предназначена Вам по праву рождения… И определяющим фактором Вашей счастливой жизни является Ваше Астральное число!

Сегодня Лиза и Роза разыскивают человека, чье Астральное число равно 7, чтобы совершенно бесплатно помочь получить ту сумму, которая ему нужна. Ведь согласно нумерологическим расчетам знаменитых сестер, именно этот человек в ближайшие недели может получить огромные деньги, если примет их помощь.

Вам трудно в это поверить?

Однако это абсолютная правда! Возможно, сегодня Вам кажется, что Вы родились под несчастливой звездой. Но позвольте Лизе и Розе доказать, что Вы заблуждаетесь.

Для этого Вам надо всего лишь рассчитать Ваше Астральное число, следуя инструкции. И если оно равно 7, срочно напишите Лизе и Розе, сколько денег Вы хотите получить, и сестры помогут Вам обрести счастье и навсегда избавиться от финансовых проблем!

Помощь Лизы и Розы не будет стоить Вам ни копейки ни сейчас, ни потом. Вам надо лишь вписать в Ваш «Купон запроса о бесплатной помощи» ту сумму, которая Вам необходима, и отправить его по указанному адресу. И обязательно напишите дату Вашего рождения.

ДРАГОЦЕННЫЙ ПОДАРОК ДЛЯ ВАС БЕСПЛАТНО!

Если Ваше Астральное число равно 7, и Вы ответите в течение следующих 5 дней, Лиза и Роза с радостью подарят Вам свой знаменитый Талисман силы и могущества. Этот Талисман уже принес счастье и удачу многим людям. И это не чудо: Талисман наделяет своего обладателя способностями эффективно противостоять внешним неблагоприятным факторам, осуществлять желания и притягивать денежные выигрыши. Носите Талисман с собой, и практически сразу Вы начнете ощущать его невероятную силу…

КУПОН ЗАПРОСА О БЕСПЛАТНОЙ ПОМОЩИ ЛИЗЫ И РОЗЫ

Заполните и отправьте (сегодня, если возможно) по адресу:

101000, г. Москва, а/я 774, «ДМСР».
Тел.: (495) 748-85-63.

☐ ДА, Лиза и Роза, у меня серьезные проблемы с деньгами, и мне действительно необходима Ваша помощь. Я заранее Вас благодарю.

☐ ДА, я рассчитал(а) свое Астральное число, и оно равно 7. Я указываю сумму денег, которая мне срочно нужна:

_____ рублей.

☐ ДА, в подтверждение своего расчета я указываю мою дату рождения и оставляю мои контактные данные для связи со мной:

☐☐ ☐☐ ☐☐☐☐
число месяц год

Ф.И.О.: _____

_____

Индекс: _____

Адрес: _____

_____

_____

_____

Телефон: _____

E-mail: _____

НЕ ПРИСЫЛАЙТЕ ДЕНЬГИ – ЭТО НА 100% БЕСПЛАТНО!

Через несколько дней Вы получите личное послание от Лизы и Розы.

☑ Настоящим я добровольно предоставляю персональные данные фирме «ДМСР» на обработку и хранение для дальнейшего получения коммерческих предложений и участия в рекламных акциях

Подпись _____ Дата _____

“Нар. сов.” №21 18.05.2021

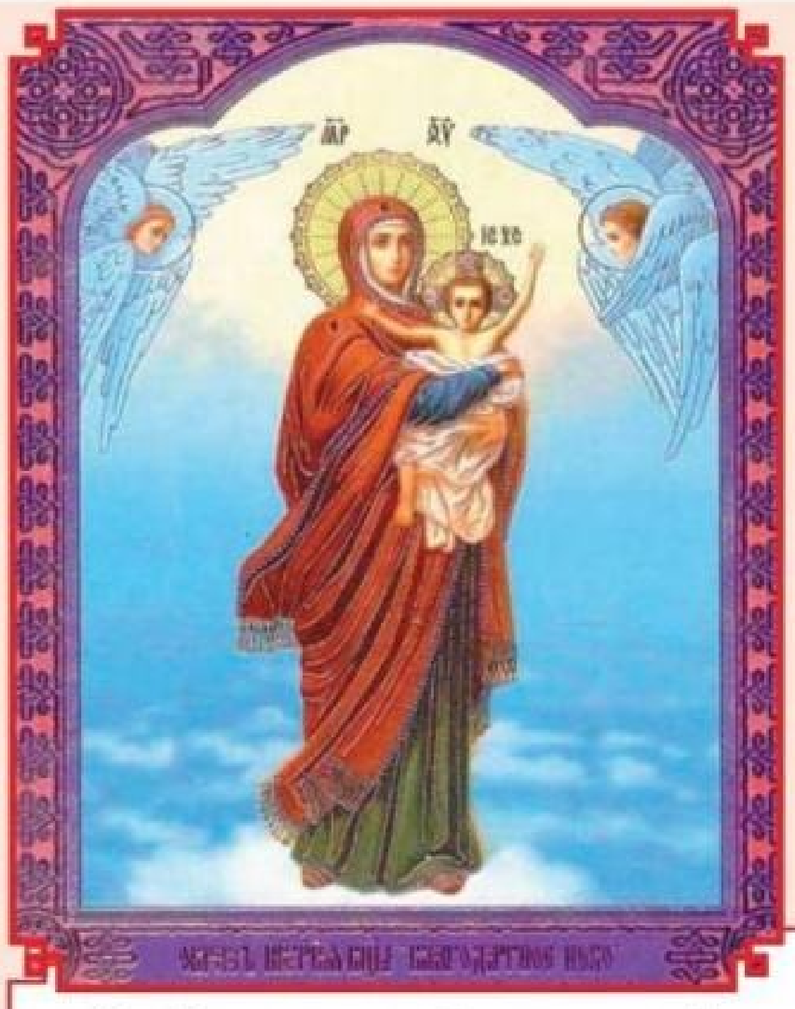
Юр. адр.: ЗАО "ДМСР" 125090, г. Москва, ул. Гиляровского, д. 1/3 стр.1. ОГРН - 1057748263044

НАРОДНЫЙ СОВЕТ • № 21 / 18–24 мая 2021 г.

ИКОНЫ БОГОРОДИЦЫ

ВЫПУСК № 17

Лики Богоматери есть во всех храмах. Ее представляют на иконах по-разному, у каждой из них есть свое название. Мы будем рассказывать об иконах Божьей Матери, об их истории, значении, днях почитания, о том, в каких ситуациях помогает тот или иной образ.



«БЛАГОДАТНОЕ НЕБО»

Икона Божией Матери «Благодатное Небо», согласно преданию, была привезена из княжества Литовского в Москву княгиней Софией Витовтовной как знак благословения ее брака с князем Василием I (Дмитриевичем). Необычное название образа появилось благодаря отображенным на нем словам: «Что Тя наречем, о Благодатная? Небо, яко воссияла еси Солнце Правды». Другой вариант наименования иконы совпадает с началом молитвы «Что Тя наречем».

На иконе Богоматерь изображена так, как она явилась в видении Иоанну Богослову. Он писал, что видел «Жену, облеченную в солнце».

Существует предположение, что именно в таком облике Царица Небесная сойдет на землю и явится людям, готовя их ко второму Христову пришествию.

Иконе Пресвятой Богородицы «Благодатное Небо» возносят молитвы о том, чтобы найти путь ко спасению и в Царствие Небесное. Также ее просят излечить болезни души и тела, защитить во время воздушных путешествий. Наконец, она помогает наставить заблудшие души и возвращает их к вере.

Празднования в честь этой иконы происходят дважды в год – 19 марта и в первое воскресенье после Дня Святой Троицы.

МОЛИТВА

Что Тя наречем, о Благодатная Богомати Богоотроковице, Пренепорочная Марие? Киими песнопении возвеличим Тя, возвеличенную Небом и землею, Ангелами и человеки? Явися бо на Тебе неслышанное от века на земли и несведомое Ангелами на Небеси таинство, паче ума и слова, вочеловечения Бога Слова, рожденнаго съискони от Безначальнаго Отца без матери и воплощеннаго в Твоей утробе и с нетленною печатию девства Твоего родившагося. О, чудо всех древних и новых чудес! Непреложное слово Самаго Бога о победоносном семени жены и исполнися и совершися в Безмужней Деве. О, неизмеримая глубина премудрости и величия Божия! Киими имены наречем Тя, о Невеста Неневестная? Зарею ли наречем Тя восходящаго на небе солнца? Но Ты — само Небо, из Тебе бо возсия Солнце Правды – Христос Бог наш, Спаситель грешных. Именуем ли Тя вратами, вводящими в потерянный прародителями рай, обиловавший всеми благами? Но Ты Сама еси благодатный рай, произрастившая Цвет нетления, врачующий смердение греха и зловоние прародительскаго тления. Наречем познавшей брака? Но Ты и до старости пребыла Неискусобрачною и девственною до рождения, и в рождении, и по рождении Сына пребыла еси. Наименуем ли Тя Чистою и Святою Мариею, превозшед-шею Своею чистотою всех матерей и проматерей? Но Ты не токмо родила Того Младенца Христа, но и носила Его при Своих персех и питала Твоим матеродевственным млеком, Того, Иже питает всякое создание. Емуже со страхом и трепетом предстоят Небесныя силы и Его же хвалит всякое дыхание и тварь. О, воистинну Ты дивная еси в женах, чудная в девах, неподражаемая в матерех! К Тебе пред Твоими святыми стопами повергаем и слагаем все наши мысли, желания, намерения и чувства. Освяти их Твоим Богоматерним призрением и вознеси их, яко жертву нашего смиреннаго сердца, яко малоценную лепту нашей духовной нищеты, к Престолу Сына Твоего, Спасителя нашего, да имиже весть судьбами управит наш путь ко спасению и наследию Царствия Его, не имущаго конца во веки веков. Аминь.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

21 мая – День памяти апостола и евангелиста Иоанна Богослова.

Апостол Иоанн был любимцем Спасителя. Иисусу в нем нравилась девственная чистота и любовь, которая не знала границ. Иоанн ходил везде за Спасителем и не расставался с ним ни на минуту. Он был свидетелем чудесных мгновений и горестных дней Христа. После того как Учителя распяли, Иоанн заботился о Богородице до ее последнего дня.

После этого он отправился по городам нести людям Слово Божие. В попутчики выбрал своего ученика. Во время морского путешествия случился шторм. Иоанн две недели провел в морской пучине, после чего его выбросило на берег. Все это время Учитель поддерживал в нем жизнь.

Проповеди святого сопровождались разными чудесами. Число уверовавших росло.

В те времена начались преследования христиан. Апостола арестовали и приговорили к смертной казни. Как ни пытались его убить, он оставался живым и невредимым. Тогда мучители сослали Иоанна на дальний остров, где он прожил много лет. После возвращения в Ефес святой написал Евангелие. Всю оставшуюся жизнь он проповедовал и наставлял заблудших душ на истинный путь. Иоанн прожил более столетия.

ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО LORI.RU

ТОВАРЫ ДЛЯ ДОМА И САДА

ЧУДО-ПЕЧЬ®

электрическая предназначена для приготовления различных блюд, в ней можно жарить, тушить и запекать мясо, рыбу, овощи, а также готовить любую выпечку. Универсальный прибор для использования как дома, так и на даче. Верхний подогрев исключает возможность прилипания пищи к дну «Чудо-печи®», а благодаря герметичной крышке в ней получаются великолепные пироги и пышные кексы.

1816 р.

АВТОМАТИЧЕСКИЙ ПРОВЕТРИВАТЕЛЬ ДЛЯ ТЕПЛИЦ «УРОЖАЙ® » ТЕРМОПАТРОН ТП-1

На растения в теплице пагубно влияют: высокая температура; резкие перепады температуры, которые возникают при механическом открывании двери и форточки в теплице. Для спасения урожая садоводов был разработан уникальный продукт – Термопатрон «Урожай®» – автоматический проветриватель теплиц. Лучший помощник для людей, у которых нет возможности находиться в саду каждый день, а также тратить драгоценное время и деньги на поездку на дачу. Автопроветриватель обеспечивает плавное открытие дверей и форточек в теплице и спасает растения от сквозняка, что, в свою очередь, не нарушает фазу роста и увеличивает урожай на 40%*. Создан из высокопрочной стали, открывает двери и форточки весом до 100 килограммов. Вы можете не опасаться, что резкий порыв ветра вывернет проветриватель – в комплект входят ограничители, удерживающие конструкцию. Возможно вертикальное и горизонтальное открытие. Не нужно снимать на зиму. Плавность открытия обеспечивает постепенное изменение микроклимата в теплице. Благодаря этому растения не испытывают стресс и дают богатый урожай! Гарантия 2 года.

*Данные вычислены опытным путем сравнения 2 теплиц с использованием автоматического проветривателя «Урожай®».

2128 р.

КОПТИЛЬНЯ-ДУХОВКА НА КОСТРЕ «ТОРПЕДА®»

Переносная духовка с противнем из высококачественной нержавеющей стали, которую удобно брать с собой на дачу, рыбалку, охоту и пикник. Теперь во время отдыха на природе вы можете приготовить не только шашлык, но и огромное количество разнообразных блюд из рыбы, мяса, овощей... Вы можете приготовить блюда горячего копчения, добавив щепу на дно. Только представьте, какое наслаждение отведать на природе копченую рыбку или грудинку. Это безумно вкусно – мы проверяли! В комплекте имеются ножки, которые позволяют устанавливать торпеду на любой очаг или мангал. Она отличается превосходной жаростойкостью, прочностью и удобством использования.

2950 р.

КОПТИЛЬНЯ ГОРЯЧЕГО КОПЧЕНИЯ «ЧУДО®» КНГ-2

Прекрасное сочетание удобства, практичности и красоты. Великолепная коптильня из нержавеющей стали! Мы вложили в эту коптильню все самое лучшее, чтобы вы получили удовольствие от процесса копчения. Подходит для использования дома, на даче, на охоте и рыбалке. Удобные замки и ручки на крышке и по бокам коптильни. В комплекте два яруса для копчения из пищевой нержавеющей стали. Герметичная крышка и штуцер для вывода дыма позволяют коптить дома.

В нашей коптильне вы приготовите вкуснейшие копчености своими руками: мясо, рыбу, сыр и ВСЕ, что вам только захочется!

4390 р.

РЫХЛИТЕЛЬ «КРОТ» КОВАНЫЙ 420 мм

Рыхлитель садово-огородный «КРОТ» предназначен для перекопки земли с одновременным ее рыхлением и удалением сорняков. Рыхлитель значительно облегчает труд садовода при существенном увеличении производительности. Эта уникальная «Чудо»®-лопата заслуженно завоевала доверие садоводов по всей стране. Благодаря кованым зубьям рыхлитель будет надежно служить долгие годы, облегчая процесс обработки почвы.

1130 р.

ДОМАШНИЙ ПОГРЕБОК®

Вкусные консервы из рыбы, мяса, овощей и фруктов своими руками. Паштет, каша с мясом, овощные салаты – это и многое другое можно легко приготовить при помощи аппарата. Не нужно предварительно стерилизовать банки – «Домашний погребок®» сделает это за вас. Процесс приготовления занимает считаные минуты и происходит под давлением с высокой температурой, благодаря этому сохраняются все полезные свойства продуктов, а вредная микрофлора полностью уничтожается. Объем автоклава позволяет обрабатывать сразу несколько банок. Герметично закрытая крышка не позволяет воде выкипать, поэтому витамины и минералы в продуктах сохраняются по максимуму. Удобство приготовления, разнообразие возможных рецептов, высокий уровень пищевой безопасности и отсутствие необходимости предварительной стерилизации банок – все это делает «Домашний погребок®» незаменимым помощником на кухне.

10 890 р.

8 800 550 18 14
Звонок по России БЕСПЛАТНЫЙ

узби.рф

ИП Марченко А.А.
ИНН 744712613337
ОГРНИП 314745218500031
Реклама

НАРОДНЫЙ СОВЕТ • № 21 / 18–24 мая 2021 г.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ИНСУЛЬТА

Рассказывает врач-терапевт ***Наталья ЯРМУХАМЕТОВА***

Болезни системы кровообращения продолжают оставаться основными причинами смертности в России. Из них инсульт занимает второе место после ишемической болезни сердца. После перенесенного инсульта более 60% больных становятся инвалидами. Но предотвратить сосудистую катастрофу возможно.

КОНТРОЛИРУЙТЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ

Люди, страдающие гипертонией, становятся жертвами инсультов гораздо чаще. **Именно у них происходят кровоизлияния в мозг.** Причем возможны два варианта развития событий: либо разрывается один из сосудов, либо кровь в течение некоторого времени просачивается через его стенку в окружающие ткани. В любом случае высокое артериальное давление (либо скачки давления) **играет в этом процессе основную роль.** И для гипертоника очень важно держать ситуацию под контролем и регулярно принимать назначенные врачом лекарства, помогающие поддерживать артериальное давление на приемлемом уровне – **не более 130/80 мм рт. ст.**

ПРОВЕРЯЙТЕ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА

Большинство инсультов происходит **из-за сужения просвета артерий головного мозга или их полной закупорки.** Причиной являются холестериновые бляшки, оседающие на стенках сосудов. Чтобы минимизировать вероятность заболевания, необходимо придерживаться режима питания, предполагающего ограничение потребления жиров.

КОНТРОЛИРУЙТЕ САХАР В КРОВИ

Наличие сахарного диабета увеличивает риск инсульта в 2,5 раза. Это неудивительно: у диабетиков наблюдаются **сбои в работе сердца, лишний вес и плохое состояние стенок сосудов.** Кроме того, при нарушении углеводного обмена увеличивается скорость выведения воды из организма, из-за чего повышается густота крови. Во избежание развития инсульта **необходимо следить за питанием, ограничивать употребление быстрых углеводов** и контролировать уровень глюкозы в крови, периодически сдавая анализы.

СЛЕДИТЕ ЗА ВЕСОМ

Лишний вес тянет за собой сразу несколько факторов, повышающих риск инсульта. Это и **рост артериального давления, и сердечно-сосудистые заболевания, и возможное развитие диабета.** Потеря даже 4–5 кг значительно улучшит ваши шансы избежать знакомства с инсультом.

ЕШЬТЕ БОЛЬШЕ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ

Как минимум 4–5 порций (яблоко, капустный салат, овощи на гриле и так далее) **в день.** Растительная пища снижает артериальное давление и улучшает эластичность сосудов. А это, в свою очередь, является отличной профилактикой инсульта.

БРОСАЙТЕ КУРИТЬ

И посещение курилок за компанию тоже. Пассивное курение, как и активное, **разрушительно действует на сосуды.**

УПРАВЛЯЙТЕ СТРЕССОМ

В момент нервного напряжения происходит выброс в кровь большого количества адреналина. Уровень сахара резко возрастает, сердце начинает работать более активно, артериальное давление повышается. **Возникает одномоментная нагрузка на сосуды, которая может привести к инсульту.** Разумеется, полностью исключить стрессы из жизни невозможно, но стоит научиться контролировать свою реакцию на стрессовые ситуации. Людям, склонным к нервозности, **может понадобиться консультация врача** – он порекомендует успокоительные лекарственные средства.

РЕГУЛЯРНО ТРЕНИРУЙТЕСЬ

Физическая активность снижает риск развития всех типов инсульта. **Особенно хороши аэробные тренировки:** ходьба, бег, плавание, катание на велосипеде, фитнес с невысокой нагрузкой. **Упражнения действуют на организм комплексно.** Они помогают снизить вес, улучшают общее состояние кровеносных сосудов и сердца, уменьшают стресс. Постарайтесь довести длительность ежедневных тренировок хотя бы до 30 мин.

ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО ИЗ АРХИВА «НС»

Антихеликобактерная терапия снижает риск развития рака желудка[1]

То, что бактерия Хеликобактер пилори является частой причиной возникновения гастрита и язвы желудка, известно многим. Но не все знают, что она еще и повышает риск развития рака желудка в 3 раза[2]! Если учесть, что до 92% жителей России[3] инфицированы этой бактерией, то масштаб проблемы просто ужасает.

Недавно группа американских ученых опубликовала итоги многолетнего плацебоконтролируемого исследования, участие в котором принимали 800 пациентов с предраковыми заболеваниями и высоким риском рака желудка. Результаты поразили: антихеликобактерная терапия оказывала долгосрочное положительное влияние и снижала риск прогрессирования рака, причем защитный эффект сохранялся в течение 20 лет![1]

Немецкие ученые подошли к решению проблемы Хеликобактер пилори с истинно немецкой же педантичностью, рассудив, что проблему нужно решать до того, как она даст о себе знать. Ими был разработан метабиотик Pylopass™ (Пилопасс) с уникальным[4] механизмом действия. Pylopass содержит метаболиты лактобактерий, которые снижают уровень Хеликобактер пилори в организме. Особые поверхностные рецепторы Pylopass сцепляются с рецепторами Хеликобактер пилори, после чего образовавшийся «тандем» естественным образом выводится через ЖКТ. Исследования показали, что даже двухнедельный прием Pylopass снижает уровень Хеликобактер пилори в организме, тем самым снижая риски развития заболеваний желудка. Благодаря своей эффективности, Pylopass с успехом применяется уже в 30 странах мира, в том числе – и в России.

[1] The Colombian chemoprevention trial. Twenty-year follow-up of a cohort of patients with gastric precancerous lesions. Gastroenterology. November, 17, 2020

[2] Malfertheiner P., Megraud F., O'Morain C.A., Gisbert J.P., Kuipers E.J. et al. Management of Helicobacter pylori infection — the Maastricht V/ Florence Consensus Report. Gut 2017;66:6-30.

[3] Ивашкин В.Т. и др. Helicobacter pylori: мейнстрим иновации (Обзор литературы и резолюция Экспертного совета Российской гастроэнтерологической ассоциации, 19 мая 2017 г.). Российский журнал гастроэнтерологии, гепатологии, колопроктологии 2017; 27(4):4-21

[4] Патент ЕА028340 от 06.08.2012.

В России метабиотик Pylopass™ содержится в препарате «ХЕЛИНОРМ».

ХЕЛИНОРМ – это единственный[1] в России метабиотик, который связывает бактерии Хеликобактер пилори и естественным способом выводит их из организма

Хелинорм способствует[2]:

- уменьшению количества Хеликобактер пилори (Helicobacter pylori) в желудке
- снижению риска возникновения язвы и гастрита
- поддержке баланса микрофлоры желудка

Разрешен к применению взрослым и детям с 6 лет, а также беременным и кормящим[3].
Курс приема – 4 недели.

Поддержи желудок в норме – не забывай о Хелинорме!

[1] Патент ЕА028340 от 06.08.2012.
[2] СОГР №АМ.01.07.003.R.000254.09.20 от 18.09.2020 г.
[3] После консультации с лечащим врачом

Спрашивайте в аптеках!

Fitomarket.ru 8-800-551-6120
apteka.ru 8-800-700-8888
evalar.ru 8-800-200-5252
Эвалар

Реклама. 123100, г. Москва, ул. Пресненская набережная, 12, комната А2, ООО «Фитомаркет», ОГРН 1177746302931. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ЕСЛИ УКУСИЛ ИНФИЦИРОВАННЫЙ КЛЕЩ

Рассказывает врач-терапевт
Наталья ЯРМУХАМЕТОВА

Все знают, что при обнаружении укуса клеща, этого паразита необходимо осторожно извлечь, посадить в баночку и отправить в лабораторию для исследования на предмет заражения. К счастью, в нашей стране редко встречаются переносчики опасных заболеваний. Но если клещ оказался инфицирован, паниковать не надо. Вовремя принятые меры смогут предотвратить развитие болезни и снизить риск осложнений.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ КЛЕЩ ОКАЗАЛСЯ ЗАРАЗНЫМ

Если по результатам анализов выявлено заражение, **необходимо срочно обратиться к инфекционисту,** он назначит иммунотерапию. Дальнейшее лечение зависит от вида возбудителя, проникшего в организм.

Надевайте в лес правильную одежду

ПРОФИЛАКТИКА КЛЕЩЕВОГО ЭНЦЕФАЛИТА

Если человек не привит от клещевого энцефалита, а также выяснилось, что клещ заразен, **пострадавшему обязательно вводят специфический противоклещевой иммуноглобулин.** Это нужно сделать в первые 72 ч после укуса.

С целью профилактики могут использоваться **противовирусные и антибактериальные средства.**

Противовирусную профилактику **нужно начать как можно раньше,** не позднее первых 2 суток после укуса.

СИМПТОМЫ ЭНЦЕФАЛИТА

Повышенная до 39–40°С температура тела, сильная головная боль, **нарушение сна, тошнота, рвота, диарея, покраснение кожи лица** и верхней части тела, слабость, снижение работоспособности.

СИМПТОМЫ ЛАЙМ-БОРРЕЛИОЗА

Болезнь может развиваться бурно, с усугублением недомогания, но **у 6–8% заболевших может вовсе не быть признаков.** Это скрытое, или бессимптомное, течение недуга. У 80% заболевших **в зоне укуса появляется покрасневшее круглое либо кольцевидное пятно** (эритема), разрастающееся с каждым днем в размерах. Нередко эритему сопровождает сыпь (крапивница, папулы, кольца меньшего размера). Больные жалуются на **слабость, головную боль, головокружение, озноб, тошноту и рвоту.** Могут беспокоить боль и напряжение в области шейных мышц, ломота в суставах, набухание лимфоузлов, першение в горле, покашливание, насморк, конъюнктивит, светобоязнь.

После выздоравления **приобретается временный иммунитет,** примерно на 5 лет.

ПРОФИЛАКТИКА ЛАЙМ-БОРРЕЛИОЗА

В случае выявления у клеща возбудителей болезни Лайма **назначают антибактериальные препараты.** Начать химиопрофилактику нужно не позднее 5-го дня после укуса.

Применение антибиотиков на ранних сроках после клещевого укуса **позволяет с вероятностью 95–98% предотвратить развитие заболевания.**

Но при отсутствии своевременного лечения болезнь переходит в хроническую форму с дальнейшим поражением сердца, нервной системы и суставов.

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ УКУСА

✓ **Основной способ предупреждения заболеваний, передающихся клещами, – вакцинация.** Прививка существенно снижает риск инфицирования после укусов клеща. Вакцинация необходима людям, проживающим в эпидемиологически опасных районах, или тем, чья работа связана с лесным хозяйством.

✓ Чтобы избежать укуса кровососами **при походах в лес, надевайте одежду светлых тонов,** которая надежно закрывает все части тела, особенно руки и ноги. Обувь должна быть закрытой и высокой, либо нужно заправить в нее брюки. Обязательно носите головной убор.

✓ Хорошим защитным свойством обладают **акарициды, наносимые на одежду.** Попавший на обработанную ткань клещ гибнет. На открытые участки кожи можно наносить репелленты, отпугивающие клещей.

✓ Во время похода **избегайте оврагов и высокой травы, идите по тропинке.** Выйдя из леса, тщательно осматривайте все тело. Это позволит обнаружить и снять паразита до укуса.

ОТ ЗАПОРОВ

Ошпарьте и тщательно промойте по 1/2 ст. **сухих яблок, изюма, чернослива, кураги или урюка без косточек, инжира, фиников.** Все это пропустите через мясорубку, добавьте по 1/2 ст. **жидкого меда, молотых орехов и слизистого настоя льняного семени** (1/2 ст. семени залейте 1/2 ст. кипятка). Перемешайте, сложите в банку, закройте крышкой и храните в холодильнике. Принимайте по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды и 4-й раз на ночь. Если эффекта не будет, то принимайте по десертной или столовой ложке.

ПРИ ВОСПАЛЕНИИ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Берут 50 г **зверобоя,** заливают их 0,5 л **водки,** разведенной водой 1 : 3, закладывают в стеклянную банку и ставят в кастрюлю с теплой водой (50–60 градусов) на 5 ч (температура не должна меняться). Пьют получившуюся настойку по 1 ст. л. 3 раза в день за 20–30 мин до еды. Если добавить к ней 1 ч. л. **алоэ или каланхоэ,** то результат будет лучше, так как сок этих растений обладает противовоспалительным, противоаллергическим, а главное, рассасывающим действием.

Т.Д. Черникова,
с. Грачевка Ставропольского края

ВАШ ПРИЗ 500 РУБЛЕЙ

ПРИЗНАКИ НЕХВАТКИ ВИТАМИНОВ

Нельзя отмахиваться от своего здоровья. Тем более что нехватку витаминов и минералов можно определить, даже не сдавая анализы.

▸ **Губы.** Потрескавшиеся губы и ранки в уголках рта могут свидетельствовать о недостатке витамина В2. Восполнить его помогут мясо и молочные продукты, цветная капуста, помидоры, яйца, арахис.

▸ **Глаза.** Если вы очень болезненно реагируете на яркий свет, возможно, вам не хватает витамина А. Включите в свой рацион больше свежей моркови, помидоров, сыра.

▸ **Кожа.** Если кожа стала сухой, шелушится, теряет бархатистость и нежность, стали появляться морщинки, кожа на локтях и коленях грубеет, ранки долго не заживают – вам не хватает компонента, который отвечает за нашу кожу, – витамина А. Этот витамин можно купить в аптеке, но можно исправить ситуацию с помощью коррекции питания. Рыбий жир, печень, сливочное масло и молоко, морковь с растительным маслом или сметаной, шиповник, тыква, сладкий перец, облепиха и петрушка – все это поможет вам восполнить недостаток витамина А.

▸ **Волосы.** Вы заметили, что ваша шевелюра потускнела, волосы стали ломкими, сухими и выпадают больше обычного. Это сигнал о том, что вам не хватает витамина Е. Для его восстановления кушайте орехи, оливковое масло, крупы, зелень и проростки.

▸ **Ногти.** Если ногти вдруг стали слоиться, ломаться и плохо расти, тут речь идет о недостатке целого комплекса микроэлементов: витамина А, С, Е, группы В, магния, кальция.

В.И. Тихонова, п. Дедеркой Краснодарского края

Прежде чем воспользоваться советами наших читателей, проконсультируйтесь с врачом!

РЕКЛАМА

ВНИМАНИЕ!
МАСШТАБНАЯ АКЦИЯ!
ХВАТИТ МУЧИТЬСЯ ОТ БОЛИ!

Завод-производитель «Здоровая семья Сибирь» приглашает всех принять участие в социальной программе по оздоровлению граждан.

ОГРАНИЧЕННОЕ КОЛИЧЕСТВО!
НАТУРАЛЬНЫЙ 100% ПРОДУКТ

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ ТОЛЬКО до 20 июня 2021 года

1 ПОЗВОНИТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8-800-555-1336 (звонок бесплатный)

2 Назовите уникальный ПРОМОКОД акции 3238

3 Получите 2 упаковки СУСТАФЕРИНА СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО

Доставка почтой России за счет завода-производителя

ИП Филин Александр Сергеевич ИНН:571702288573 ОГРН:318574900015104

КАК ЗАБЫТЬ О БОЛЯХ В СУСТАВАХ?

- Боли в суставах ограничивают Ваши движения и полноценную жизнь…
- Вас беспокоит дискомфорт, хруст и систематические боли…
- Возможно, Вы перепробовали кучу лекарств, кремов и мазей…
- Но судя по тому, что Вы читаете эти строки, не сильно они Вам помогли…

Даже при запущенных проблемах с суставами есть решение!

СУСТАФЕРИН – ПРИРОДНЫЙ ХОНДРОПРОТЕКТОР, КОТОРЫЙ СПОСОБСТВУЕТ ЕСТЕСТВЕННОМУ ОБНОВЛЕНИЮ ХРЯЩЕВОЙ ТКАНИ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

- ✓ Купирует воспалительные процессы в суставах
- ✓ Улучшает кровообращение
- ✓ Устраняет болевые ощущения
- ✓ Уменьшает скованность в суставах и позвоночнике
- ✓ Предотвращает в дальнейшем разрушение хряща и прогрессирование артроза
- ✓ Натуральные компоненты запускают обменные процессы укрепления и восстановления хряща
- ✓ Имеет накопительный эффект
- ✓ Продукт изготовлен исключительно из природных компонентов, НЕ СОДЕРЖИТ в составе консервантов и вредных химических компонентов.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

реклама

ЛЕТНИЕ

Скоро жара, а это значит, что напитки станут сферой приложения наших кулинарных усилий. Читатели предлагают вкусные и полезные. А некоторые варианты могут даже заменить завтрак или, например, ужин. Дегустируйте!

Ведущая рубрики Элеонора АРЕФЬЕВА

ДОМАШНИЙ КВАС

Надо на 3-литровую банку:

- вода – 3 л
- ржаной хлеб (корочки) – 200 г
- сахар – 10 ст. л.
- изюм – 2 ст. л.
- сухие яблоки – 1 горсть
- дрожжи – 5 г

Кипятим воду. Затем остужаем. Растворяем в воде сахар. Нарезаем ржаной хлеб кусочками и сушим в духовке до румяной корочки. Остывшие сухари перекладываем в банку. Заливаем сладкой водой. Добавляем мытый изюм и сухие яблоки. Накрываем банку крышкой.

Оставляем для брожения.

Через сутки сухари начнут пениться и поднимутся вверх. Их вынимаем ложкой, смешиваем с 1/2 ст. кипяченой воды, 1 ст. л. сахара и дрожжами. Перемешиваем и даем смеси набухнуть. Переливаем в банку. После того как сухари вспенятся и поднимутся снова вверх, квас будет готов. На это уйдет несколько дней.

Готовый квас процеживаем через 3 слоя марли и остужаем в холодильнике. Наслаждаемся отличным напитком собственного приготовления.

Александр Орлов, г. Нижний Новгород (фото автора)

ВАШ ПРИЗ 500 РУБЛЕЙ

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ АБРИКОСОВ ИЛИ СЛИВ

Надо:

- абрикосы или сливы – 500 г
- сахар – 3/4 ст.

Абрикосы или сливы промыть в холодной воде, сделать на них продольные разрезы и вынуть косточки.

В кастрюлю всыпать сахар и вылить 2 ст. горячей воды, размешать, положить фрукты и вскипятить.

Т.М. Афанасьева, г. Самара

КИСЕЛЬ ИЗ РЕВЕНЯ

Надо:

- ревень – 300 г
- сахар – 3/4 ст.
- картофельная мука – 2 ст. л.

Стебли ревеня промыть в холодной воде, очистить от кожицы, нарезать мелкими кубиками и на 10–15 мин замочить в холодной воде.

Сахар залить водой (2 ст.) и прокипятить.

В горячий сироп положить отжатые кубики ревеня, прокипятить в течение 5–10 мин и заварить разведенной картофельной мукой. Остудить и подать к столу.

Ольга Захарова, г. Клин, Московская обл.

НАПИТКИ

ВИТАМИННЫЙ НАПИТОК

Надо:

- свежий томатный сок – 2 ст.
- кефир – 2 ст.
- зелень петрушки – 1 пучок
- зелень укропа – 1 пучок
- соль – по вкусу

Кефир смешать с мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа, а затем при быстром помешивании медленно влить томатный сок. Добавить соль.

ОГУРЕЧНЫЙ ЛИМОНАД

Надо:

- свежие измельченные листья розмарина – 2 ст. л.
- мята – 1 ст. л.
- кипяток – 1/2 л
- огуречный сок – 3 ст. л.
- лимон – 2 ломтика

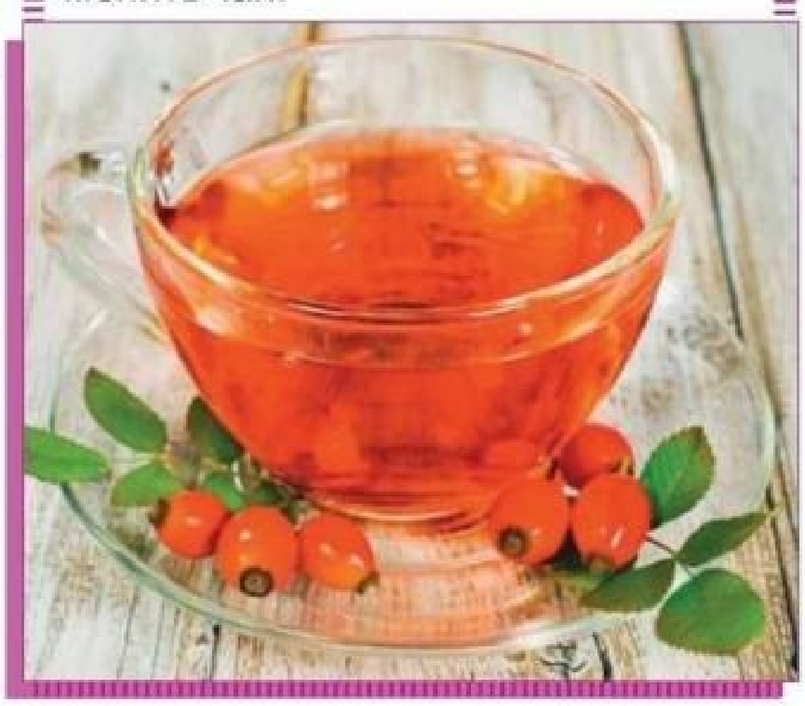
Залейте розмарин и мяту кипятком. Настаиваться под крышкой они должны до остывания. Затем процедите, добавьте лимон и огуречный сок. Можно добавить и кубики льда.

НАПИТОК С ШИПОВНИКОМ

Надо:

- шиповник – 2 ч. л.
- крапива – 2 ч. л.
- кипяток – 1 ст.
- огуречный сок – 2 ст. л.

Залейте шиповник и измельченную крапиву кипятком, настаивайте 3 ч. Затем добавьте огуречный сок. По утрам такой напиток может заменить чай.



БРАЗИЛЬСКИЙ ЛИМОНАД

Надо:

- лимон либо лайм – 1 шт.
- сгущенное молоко – 60 г
- вода питьевая – 150 мл
- лед – по желанию

Лимон разрезаем на кусочки, кладем в блендер, заливаем водой и мешаем осторожно. Далее отжимаем, жмых выкидываем.

Добавляем сгущенное молоко и воду. Снова мешаем блендером 3 мин.

Лед добавляем при приготовлении и при подаче.

Разливаем по бокалам и пьем охлажденным.

Ольга Тиманова, г. Нижний Новгород (фото автора)

ВАШ ПРИЗ 500 РУБЛЕЙ

СМУЗИ С БРОККОЛИ И СЕЛЬДЕРЕЕМ

Надо:

- свежая капуста брокколи – 2,5 ст.
- сельдерей – 2 стебля
- свежие огурцы – 2 шт.
- вода – 1/2 ст.

Предварительно измельчите все ингредиенты. Взбейте блендером до однородного состояния. Напиток готов!

В.А. Бударина, г. Шахты, Ростовская обл.

ВАШ ПРИЗ 500 РУБЛЕЙ

ПЕНСТЕМОН ОЧАРУЕТ ВАС

Прошлым летом я вырастила у себя в цветнике новое для меня растение – пенстемон гибридный сорта Огненное Очарование. Растение своим внешним видом чем-то напоминает мне наперстянку.

Пенстемон имеет прочные высокие стебли (которые могут достигать 80 см в высоту) и небольшие (до 2,5–3 см в диаметре) цветки, собранные в верхушечное кистевидное соцветие.

Цветочки заслуживают пристального внимания: они у него очень красивые, имеют трубчатую форму, смотрятся очень эффектно. Интересна также и двухцветная окраска цветка: кирпично-красная, розовая, лиловая, пурпурная с более светлым – белым или кремовым – центром в зеве.

Огненное Очарование

У пенстемона декоративны и листья – они гладкие, блестящие, имеют насыщенный зеленый цвет.

Выращивала я это растение рассадным способом. Семена высевала в начале марта во влажный субстрат, слегка присыпав их прокаленным песком и накрыв пленочкой. Посевы постоянно опрыскивала из пульверизатора, не давая грунту высохнуть (в противном случае семена пенстемона могут не взойти).

Посевы выдерживала при температуре 19–21 градус, а недели через две появились всходы. После этого перенесла растения в более прохладное место (после того как семена взойдут, их желательно содержать при температуре 14–16 градусов).

В открытый грунт рассаду высаживала в 20-х числах мая, соблюдая схему посадки 20 х 20 см. Растеньица я разместила на хорошо освещенном участке, добавив в грунт хорошо перепревший компост (4–5 кг на квадратный метр).

В июле пенстемон уже радовал своими цветочками-колокольчиками.

В начале августа цветение немного ослабло, я срезала отцветшие верхушки соцветий, и растение начало закладывать новые бутоны. Хочу заметить, что **при правильном уходе и своевременном поливе пенстемон будет радовать своим цветением до самого октября.**

На знойную погоду растение реагировало у меня не самым лучшим образом. Поэтому в периоды отсутствия дождей пенстемону в обязательном порядке необходим полив.

Пенстемон гибридный не является зимостойким растением, поэтому выращивается у нас как однолетник. Но можно посадить у себя в цветнике другой вид этого растения – **пенстемон бородатый, который выдерживает морозы до 30 градусов.** У пенстемона бородатого окраска цветков бывает не только красной, розовой, карминной, но и синей, белой, голубой, сиреневой. Растение может произрастать на одном месте в течение четырех лет, затем его нужно делить и пересаживать.

Бородатый

Юлия Купина,
п. Ленинский,
Белгородская обл.

ЛИВНИ ПРЕВРАТИЛИ ВАШ УЧАСТОК В «МОРЕ ИЛИ ОЗЕРО»?

Чтобы предупредить такой эксцесс, предлагаю следующее.

Устройте высокие грядки, которым никакой потоп не страшен.

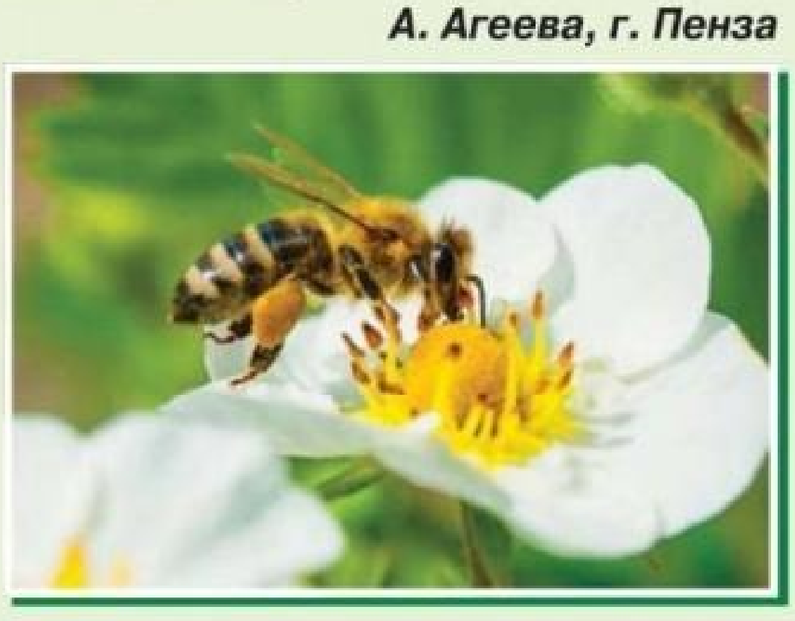
Еще вариант – **вырыть прудик в нижней части огорода.** Он понижает уровень грунтовых вод. Плюс водичка для полива. Да и карасей разводить можно. Такой водоем называют «бассейном-накопителем».

Прокопайте вдоль всего участка канаву (глубиной где-то полметра) и каждый год ее чистите от растительности. Во время потопа она сильно выручит. Можно ее украсить декоративным мостиком.

КАК ПРИВЛЕЧЬ ПЧЕЛ НА УЧАСТОК

В отличие от цветущих деревьев клубника не обладает настолько сильным ароматом, поэтому пчелы часто облетают ее стороной. **Я привлекаю их с помощью небольшой уловки.** Беру 1 ст. л. меда, растворяю в 1,5 л воды. Хорошо размешиваю. Этой сладкой водичкой опрыскиваю цветочки клубники в сухой день, без осадков. Пчелы не заставляют себя долго ждать, почувствовав медовый дух.

А. Агеева, г. Пенза



ИСПОЛЬЗОВАНЫ ФОТО SHUTTERSTOCK

КАРТОШКА-СОРОКАДНЕВКА

Чтобы порадовать своих родных молодой вкусной картошечкой, я выращиваю сорокадневку. Она так называется потому, что уже через 40–45 дней ее можно выкапывать.

Осенью я обильно удобряю почву перегноем, а весной, **как только земля прогреется до 10 градусов,** высаживаю клубни. Сначала я делаю разметку рядков: расстояние между лунками у меня 30 см, а на междурядья оставляю 70 см. Потом я делаю лунки около 8 см глубиной, на дно обязательно сыплю золу – это даст клубням возможность хорошо развиваться и сформировать высокий урожай.

Клубни для посадки я готовлю заранее. Отобранный на семена картофель хорошо просушиваю и протравливаю, а место посадки меняю каждый год – ведь перемена места и протравливание значительно увеличивают урожайность и защищают картошечку от болезней.

Ранняя посадка не требует полива, так как весенняя земля достаточно влажная. Пропалываю я грядку через 2 недели после появления ростков, а вот окучивать картофель приходится дважды: первый раз – когда на ростке появится 6 листиков, а второй – через 2–3 недели.

Картошечка-сорокадневка не боится болезней и вирусов – она формируется до появления микробов и вредителей, но боится сорняков, которые отбирают у нее полезные вещества.

В середине июня я картошечку выкапываю, а на свободные грядки высаживаю потом огурцы и кабачки – они как раз успевают в баночки закатываться.

ПАРНИКИ ИЗ ПОКРЫШЕК

Большинство томатов я выращиваю в открытом грунте, а рассаду – в сделанных парниках. Для этого **я собрал выброшенные покрышки, вырезал у них верх и низ, оставив лишь боковые стенки.** Подготовленные таким образом покрышки вкопал немного в землю с наклоном на юг.

Потом углубил парнички, вынув почву приблизительно на глубину штыка лопаты. На дно будущего парника уложил свежий навоз, а сверху слой земли, смешанной с перегноем и золой. Для тепла накрываю куском пленки. И вот парник готов.

При необходимости такой парник я легко утепляю. Рассада в нем вырастает крепкая, здоровая и закаленная.

Через 10 дней после высадки в грунт начинаю подкармливать растения настоем крапивы. Спустя 10 дней делаю вторую, а потом через такое же время и третью подкормку.

После появления первых цветков обрабатываю томаты дважды через 15 дней препаратом «Завязь». В июле 2–3 раза с интервалом в 10 дней обрабатываю кусты одним из медьсодержащих препаратов. В период созревания помидоров особенно привлекает внимание кусты сорта Ямал – на них из-за обилия плодов почти не видно листьев! Соседи по даче приходят ко мне как на экскурсию полюбоваться урожаем.

В конце августа все плоды собраны, все здоровые, ни на одном из них нет фитофтороза.

Дмитрий Харчевкин, г. Брянск (фото автора)

КОНКУРС ГАЗЕТЫ «НАРОДНЫЙ СОВЕТ»

СОВЕТская ЗАНАЧКА

ВАШ ПРИЗ 500 РУБЛЕЙ

КУПОН УЧАСТНИКА

ФАМИЛИЯ

ИМЯ

ОТЧЕСТВО

ДАТА РОЖДЕНИЯ

АДРЕС, ИНДЕКС

ПАСПОРТ: НОМЕР, СЕРИЯ

КЕМ ВЫДАН И КОГДА

КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН

Смотрите, что еще в продаже!

РЕКЛАМА

Спрашивайте в киосках и супермаркетах

ПОДПИСАТЬСЯ МОЖНО С ЛЮБОГО МЕСЯЦА

Конкурс «СОВЕТская заначка» продолжается!

ВАШ ПРИЗ 500 РУБЛЕЙ

Для тех, кто еще не участвовал в конкурсе, повторяем правила: в нем участвуют советы или рецепты читателей, присланные в «НС». Заполните купон участника (на следующей странице). Свои данные впишите аккуратным, разборчивым почерком, внимательно заполняя каждую строчку. Вся информация, которую вы внесете в купон участника конкурса «СОВЕТская заначка», держится в секрете. Ваши данные нужны редакции для того, чтобы в случае выигрыша мы могли почтовым переводом выслать деньги на ваше имя. После заполнения вырежьте купон и вместе со своим советом или рецептом пришлите нам по адресу: **105094, Москва, а/я 2, «Народный совет».**

Увидев в «НС» свой совет со значком «500 рублей», ждите. Заслуженный приз вы получите в течение 1–1,5 месяца со дня опубликования вашего совета.

Победителями этого номера стали: Т.Д. Черникова, с. Грачевка Ставропольского края (стр. 17); А. Орлов, г. Нижний Новгород (стр. 18); О. Тиманова, г. Нижний Новгород (стр. 19); В.А. Бударина, г. Шахты Ростовской обл. (стр. 19).

ИЗДАНИЕ	ИНДЕКСЫ В КАТАЛОГАХ
«Народный совет»	Официальный каталог Почты России «Подписные издания» **П1338**
Журнал «Просто Вкусно Полезно»	Каталог Почты России **П5375**
Журнал «Народные рецепты – Здоровье»	Каталог Почты России **П5379**
Журнал «Дачный сезон – советы читателей»	Каталог Почты России **П5381**

ВНИМАНИЕ!

Звоните и задавайте нам свои вопросы
в будние дни с 11.00 до 17.00 (по московскому времени)
по бесплатному телефону

8-800-250-27-28

КОД НЕОБХОДИМО НАБИРАТЬ В ТОМ ЧИСЛЕ И МОСКВИЧАМ
БЕСПЛАТНО ИЗ ЛЮБОГО ГОРОДА РОССИИ!

ИЛИ ПИШИТЕ НАМ ПО АДРЕСУ:
105094, МОСКВА, а/я 2
E-MAIL: INFO@NARSOVET.RU

НЕ ПРОПУСТИТЕ!

НОВЫЙ НОМЕР В ПРОДАЖЕ с 25 мая 2021 года

А также:

- Можно ли перейти на пенсию сына?
- Какие сложности возникнут, если наследство не оформить вовремя
- Оштрафуют ли за случайно испорченный паспорт?
- Когда можно не платить налог с продажи жилья
- В каком возрасте выходят на заслуженный отдых многодетные мамы
- Здоровье: когда поможет хвойный веник
- Дача: красота и польза почвопокровников
- Кому молиться, если у вас рак

УЖЕ В ПРОДАЖЕ!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ!

РЕКЛАМА

ПРОСТО АНЕКДОТЫ

Так... Дома, устойчивые к землетрясениям, мы вроде делать научились, а когда уже появятся дома, устойчивые к режиму отжима на стиралках?

●●●

Можно долго откладывать деньги на все, что угодно, – все равно их придется внезапно отдать стоматологу.

●●●

Прорыв в отечественной медицине произойдет в тот момент, когда выведут сорт подорожника, у которого нижняя сторона будет липкой, как у лейкопластыря.

●●●

Посоветуйте, как быть. Уже четвертый день Николай мне пишет: «Доброе утро!» Как вы думаете, фату уже можно покупать?

●●●

– Кажется, я сегодня не выспался.
– Ты каждое утро это говоришь.
– Да, но не каждое утро я наливаю в кофе майонез.

●●●

– Как я тебя узнаю?
– Я интеллигентная женщина.
– Понял. Пойдем издалека. Что на тебе будет одето?
– Надето.
– Понял.

●●●

Хочу обладать таким же чувством иронии, как производители сухариков со вкусом красной икры.

●●●

– Доктор, пропишите мне какое-нибудь успокоительное.
– Возьмите, например, водочки пол-литра.
– А что-нибудь посерьезней?
– Ну возьмите три!

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.
Свидетельство ПИ № ФС77-79864 от 25.12.20 г.

«Народный совет» № 21 (879) 16+

Выходит четыре раза в месяц с июня 2004 года.
Учредитель: ООО «ИМ Медиа»
Генеральный директор: Алексей Иванов
Исполнительный директор: Муза Монамс
Издатель: Александр Иоффе
Главный редактор: Клюев Антон Викторович
Дизайн и верстка: Руслан Сято, Элина Ульянова
Редакция: Элеонора Арефьева, Ирина Бовкун, Юлия Карзиер (зам. главного редактора), Лариса Пяткина, Наталья Студеникина, Мария Фесенко, Ирина Яковенко
Распространение: ООО «ТДС»
Тел. (495) 974-76-08
e-mail: tds@im-media.ru
Размещение рекламы:
Вероника Милоянина, тел. (495) 974-77-48
e-mail: adv@im-media.ru
Подписка с любого месяца на почте:
по каталогу Почты России «Подписные издания» индекс П1338

Редакция не несет ответственности за содержание рекламы и публикуемые советы читателей. Перепечатка и использование материалов допускаются только с разрешения редакции и с обязательной ссылкой на газету «Народный совет». Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на передачу редакции всех исключительных прав на использование произведения в любой форме и любым способом.

Отпечатано ООО «МДМ-ПЕЧАТЬ»
Россия, 188640, г. Всеволожск ЛО, Всеволожский пр., 114
Тираж 190 000 экз.
Дата выхода в свет 18.05. 2021 г.
Адрес редакции, издателя:
Россия, 105094, Москва, ул. Золотая, д. 11, помещение 7А28.
Тел. (495) 974-74-03
www.im-media.ru
e-mail: info@narsovet.ru
Цена свободная

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!
СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

Плита индукционная (настольная)

~~3800 руб.~~ **1990 руб.**

Незаменимая кухонная техника не только для дачи, но и для владельцев маленькой кухни. Легкая, компактная, высокоэффективная. Регулируемая мощность. Посуда быстро нагревается, а поверхность плиты остается холодной. Упавшие продукты или брызги жира не подгорают. Нагревает в разы быстрее, электроэнергия расходуется гораздо экономней!!

Чудо-шланг + ПОДАРОК!

30 м – 990 руб.,
45 м – 1390 руб.,
60 м – 1790 руб.

Уникальный шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего – износостойкого из нейлона. Конструкция два в одном позволяет шлангу увеличиваться в размерах до 3 раз от своего изначального размера под напором воды! Благодаря уникальной конструкции шланга вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. При этом он действительно компактен и занимает очень мало места при хранении или перевозке.

КУПИТЕ ЧУДО-ШЛАНГ И ПОЛУЧИТЕ В ПОДАРОК РАЗНОРЕЖИМНЫЙ САДОВЫЙ ПИСТОЛЕТ!

Светильник «Чемпион» с солнечной батареей!

Суперцена 1190 руб.

+ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!

Уникальная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство power bank. Создает круговое освещение на 360 градусов и виден даже с расстояния 3 километра. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, а это означает, что при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, в кемпинге на природе и т. д. вам не придется переживать, что в самый ответственный момент вы останетесь без мощного источника света. Кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечная батарея и встроенный аккумулятор большой емкости. Кроме того, вы не останетесь без связи, так как всегда сможете подзарядить свой телефон от разъема USB, который встроен в фонарь «Чемпион».

Мультирезка с контейнером Миг

Суперцена 990 руб за 2 шт.

Овощерезка «МИГ» 5в 1 многофункциональное приспособление для быстрого измельчения не только овощей, но и других продуктов! Нарезайте тонкими и толстыми ломтиками, кубиками, дольками и соломкой!

Культиватор «Торнадо»

~~2300 руб.~~ **1690 руб.**

Этот ручной садово-огородный инструмент предназначен для следующих работ: рыхление (перекопка) почвы на глубину 20 см под посадку; удаление сорняков; разработка целинных участков; обработка приствольных участков деревьев и кустарников. По сравнению с обычной лопатой культиватор позволяет вам работать в 3–5 раз эффективнее. При работе с культиватором «Торнадо» нагрузка равномерно распределится по рукам, ногам, прессу и спине. Благодаря удобной высокой ручке вам не нужно пригибаться к земле. Теперь обрабатывать почву стало настолько легко, что им могут пользоваться даже дети и люди пожилого возраста.

Наколенник «Двигайся легко»

990 руб. за 2 шт.

Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
Уменьшает нагрузку на сустав.
Не нарушает кровоток.
Незаметен под одеждой. Размер универсальный.
Максимальный обхват ноги до 50см.

Светодиодный прожектор с датчиком движения на солнечной батарее

Суперцена 990 руб.

Обеспечит отличное освещение везде, как на улице так и в помещении! Работает от солнечной батареи: никаких проводов, не нужна электрическая розетка, устанавливается за несколько минут. 48 ярких светодиодов. Устанавливайте где угодно! Территории вокруг дома, входной двери, лестничной площадки, садовых дорожек, гаража, балкона, дачной веранды и т.д. Датчик движения срабатывает на расстоянии 3-5 метров от движущегося объекта – свет загорается на 25 секунд.
Датчик света автоматически включает фонарь ночью и выключает днем.
Для зарядки устройству хватит всего трех часов даже при малосолнечной погоде. Не боится неблагоприятных воздействий окружающей среды – работает в дождь и снег.

Матрас-топпер

Суперцена от 1690 руб.

Размеры (см): 70x200, 90x200, 120x200, 140x200, 160x200

Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

~~1490 руб.~~ **790 руб.**

Щетка с магнитами не представляет собой сложного устройства, но, как мы знаем, все гениальное – просто! Ее конструкция – это просто две щетки, но главное их свойство – магниты. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. У вас больше не будет необходимости балансировать на краю открытого окна, и вам все равно, на каком этаже вы находитесь, поскольку производящий уборку человек находится внутри помещения. С магнитной щеткой вы легко помоете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. Купив магнитную щетку, вы убедитесь в отличном качестве уборки. Она одновременно моет водой и сразу же вытирает насухо. Чистые окна без разводов вам гарантированы!

Самогонный аппарат «Маруся»

~~2900 руб.~~ **1690 руб.**

Производит 1000 мл самогона в час!
Не требует водопровода.
Подробная инструкция.
Производство Россия.

ВКУСОАРОМАТИЧЕСКИЕ КОНЦЕНТРАТЫ НА 300 ЛИТРОВ КОНЬЯКА В ПОДАРОК!

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 шт. 990 руб.

Устройство для отпугивания мышей, тараканов, жуков, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв. м. Просто вставьте его в розетку. Можно использовать, если в доме есть дети, собаки и кошки. В него встроен уютный ночник.

Утилизатор отходов «Санэкс»

1290 руб.

Любой хозяин частного дома, не имеющего подключения к центральной системе канализации, постоянно сталкивается с вопросом очистки накопительной емкости, будь то выгребная яма или септик. Значительно упростить задачу может САНЭКС для септиков и выгребных ям. Перерабатывает жиры, органику, бумагу, остатки пищи и отходы жизнедеятельности. После применения, содержание выгребной ямы уменьшается в объеме почти в 30 раз. Попадая в выгребную или сливную яму, туалет или канализационную систему, перерабатывает ее содержимое в воду и ликвидирует неприятные запахи органического происхождения. Упаковки 400 г хватит на четыре летних сезона.

Авточехлы «Новая жизнь»

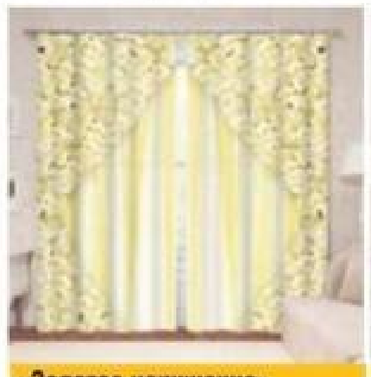
~~2990 руб.~~ **1990 руб.**

Изготовлены из специальной трехслойной ткани «Вин-Люкс»
Размеры чехлов универсальны, подходят для любой машины.

Фотошторы + тюль В ПОДАРОК!

~~2990 руб.~~ **1990 руб.**

3D печать – цветы, как живые! Габардин: 145 × 260 см – 2 шт.


«Золотое искушение»

«Цветочная композиция»

Бюстгальтер корректирующий «Ах Бра»

3 бюстгальтера в комплекте

~~1710 руб.~~ **990 руб.**

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт; без петелек, крючков, швов и косточек; не собирается складками и не сдавливает по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом. Размер «Ах Бра» совпадает с размером вашей одежды (майки, рубашки)
Размеры: S 40–42, M 42–44, L 46–48, XL 50–52, XXL 52–54, XXXL 54–56.

Лента «Супер Фикс»

1 шт. 690 руб.
2 шт. 990 руб.

Лента «Супер Фикс» – это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволяет ей моментально приклеиваться к любой поверхности и образовывать герметичное соединение, закрывая даже самые сильные течи, порезы, разрывы и т. д Изделие легко зафиксируется на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и так далее) и образует там герметичное соединение. Суперлента заклеит влажную поверхность даже под водой!

Увеличительные очки-лупа BIG VISION (Биг Вижн)

1 шт. 790 руб.
2 шт. 990 руб.

Очки-лупа «Биг Вижн» дают визуальное увеличение любого предмета на 160% и при этом оставляют руки свободными, поэтому они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности!

Электрический измельчитель «Молния»

~~1490 руб.~~ **1290 руб.**

«Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменяет несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). При этом имеет компактный размер. Имеет 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирования и нарезки кубиками; вместительную чашу; высокую скорость вращения ножей. Прибор справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи) и помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и прочее).

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно ознакомиться по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны до 07.06.2021. ООО «Топ-Шоп». ОГРН: 1177746729115 и юр. адрес: 115191, г. Москва, 2-я Рощинская ул., д. 4, офис 503. Реклама

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ. ВРЕМЯ РАБОТЫ С 9:00 ДО 20:00

8 (499) 213-03-16 (многоканальный)